И. А. Гречаный

600 рецептов и секретов потомственного травника

БОЛЬШОЙ ИЛЛЮСТРИРОВАННЫЙ СПРАВОЧНИК ЛЕКАРСТВЕННЫХ ТРАВ И РАСТЕНИЙ

Детальные описания и иллюстрации

Правила сбора, заготовки, сушки, хранения

Лечебные свойства растений

Использование при различных заболеваниях

Алфавитный указатель

Клуб семейного досуга

И. А. Гречаный

600 рецептов и секретов потомственного травника

БОЛЬШОЙ ИЛЛЮСТРИРОВАННЫЙ СПРАВОЧНИК ЛЕКАРСТВЕННЫХ ТРАВ И РАСТЕНИЙ

ХАРЬКОВ
БЕЛГОРОД
2015
КЛУБ СЕМЕЙНОГО ДОСУГА

УДК 633.8
ББК 42.14
Г81

16+
О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию
Федеральный закон Российской Федерации N 436-ФЗ от 29.12.2010

Никакая часть данного издания не может быть скопирована или воспроизведена в любой форме без письменного разрешения издательства

Издательство не несет ответственности за возможные последствия выполнения приведенных рекомендаций. Книга не может заменить консультации квалифицированного специалиста

Художник *Андрей Печенежский*

Дизайнер обложки *Артем Семенюк*

© DepositPhotos.com / margo555, Madllen, marilyna, tr3gi, Dionisvera, welena, Loraliu, ulkan, обложка, 2015
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», издание на русском языке, 2015
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», художественное оформление, 2015
© ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», г. Белгород, 2015

ISBN 978-966-14-9622-3 (PDF)

ВВЕДЕНИЕ

Добрый день, читатель, собиратель лекарственных трав или просто любитель природы! Надеюсь, моя книга поможет тебе шире взглянуть на мир лекарственных растений, которых так много вокруг, и лучше понять их сущность. Я, как автор, постарался сделать этот справочник легко читаемым и понятным. В нем представлены как всем известные лекарственные травы, так и редкие, малознакомые виды.

Лекарственные растения можно отыскать буквально повсюду: в поле, на лугу, в лесу, на болоте, в саду — и даже на собственном подоконнике! О целительных свойствах растений люди знали с незапамятных времен — и во многом благодаря этому наша цивилизация выживала и развивалась. История траволечения насчитывает не сотни, а тысячи лет, и лекарственные растения археологи находили даже на стоянках первобытного человека.

Разумеется, этот справочник — далеко не первая книга о лекарственных растениях. Им посвящены древние египетские папирусы, датированные XVI в. до н. э. Еще более впечатляет возраст китайских медицинских справочников — их относят к XXVI в. до н. э. Выдающийся ботаник, врач и натуралист своего времени, Гиппократ, живший в Древней Греции в V в. до н. э. и считающийся отцом современной медицины, внес огромный вклад в исследование лекарственных свойств растений. Он не только описывал их, но и пытался объяснить их целительное действие на организм человека.

В начале нашей эры римский врач Диоскорид написал монографию «О лекарственных травах», где исследовал и описал целебные свойства многих растений. Полководец и естествоиспытатель Плиний Старший создал многотомный трактат «Естественная история».

Эти замечательные труды не затерялись в анналах истории, не сгорели в пожарах войн и более 1500 лет являлись настольными справочниками европейских врачей.

Лекарственные травы во все времена изучали и на Западе, и на Востоке. «Канон врачебной науки» арабского ученого и врача Ибн Сины (Авиценны) в XII в. был переведен на латынь — язык врачей того времени — и в течение многих веков оставался в Европе одним из главных медицинских пособий. Поскольку латынью владели далеко не все, информация о лекарственных препаратах, получаемых из трав, долго оставалась тайной, доступной лишь привилегированному сословию врачей и аптекарей.

Лекарственные травы в средневековой Европе не только собирали в лесах и полях — их выращивали на специальных «аптекарских огородах» при церквях и монастырях, многие из которых впоследствии дали начало современным ботаническим садам. Однако традиция выращивания лекарственных растений на приусадебных участках сегодня переживает второе рождение, и многие любители выделяют под целебные травы почетное место в своих садах.

Разумеется, сегодня в каждой аптеке продаются сотни, а то и тысячи препаратов, производимых из синтезированных веществ, однако они часто дают множественные побочные эффекты, в то время как правильно собранное и заготовленное сырье из лекарственных трав не только не вредит здоровью, но излечивает даже те недуги, перед которыми бессильна химическая фармакопея.

Название каждого растения в справочнике дается на русском, украинском языках и на латыни. Приведены также народные названия, благодаря которым легче опознать лекарственные растения. Рассказано о применении того или иного растения в народной медицине, о его влиянии на организм человека и о противопоказаниях к употреблению.

Культурные растения обозначены в справочнике значком .

Прежде чем заниматься лечением с помощью лекарственных трав, нужно изучить их, научиться распознавать, и только потом, набравшись опыта и будучи уверенным в своих силах, можно переходить к следующему этапу — применению лекарственных трав на практике. Самолечение порой не только опасно для здоровья, но и может привести к смертельному исходу! Многие травы весьма токсичны — и это обязательно отмечено на страницах справочника.

Однако даже те травы, в которых вы полностью уверены, следует применять, не превышая допустимые дозы, ведь они — не что иное, как лекарства, причем весьма сильнодействующие.

Прежде чем вы начнете читать эту книгу, повторю вслед за Гиппократом, который сделал это изречение девизом своей жизни и передал всем последующим поколениям врачей: «Не навреди!»

Заготовка и сушка лекарственных растений

Накопление биологически активных веществ в растениях, которые проявляют терапевтический, лечебный эффект, зависит от многих факторов. К ним относятся широта и почвенно-климатические условия местности, где производится сбор лекарственного сырья, погодные условия конкретного вегетационного периода, фаза развития растения (фаза морфогенеза) и др. С учетом этих факторов и производится сбор растений.

Установлено, что наивысшее содержание лекарственных веществ в надземных частях высших (цветковых) растений наблюдается в фазе бутонизации и цветения. В этот период проводят заготовку листьев, травы, цветков и соцветий. Максимальное накопление лекарственных веществ в подземных органах (корнях, корневищах и клубнях) отмечено в период отмирания надземной части, когда растения переходят в состояние вынужденного покоя. В это время, осенью, и проводят их заготовку.

Существуют определенные правила заготовки лекарственных растений. Так, сбор сырья проводят в ясную сухую погоду, лучше в утренние часы, но не раньше, чем высохнет роса. Не заготавливают растения вблизи автомобильных и железных дорог, аэродромов, крупных населенных пунктов, особенно если неподалеку расположены промышленные предприятия. Это связано с тем, что растения способны накапливать токсические вещества, в том числе и опасные соединения ртути, свинца, радиоактивные соединения. Из тех же соображений не проводят сбор трав и вблизи полей, где интенсивно применяются ядохимикаты.

При сборе каждый вид сырья необходимо помещать в отдельную тару и обязательно снабжать этикеткой с указанием вида растения и даты сбора.

Почки растений заготавливают, как правило, ранней весной, при набухании, но до начала распускания. Сушат их в хорошо

проветриваемых помещениях при пониженных температурах, так как высокие температуры могут привести к их прорастанию.

Кору заготавливают во время активного весеннего сокодвижения, когда она легко отслаивается от древесины. Берут кору с молодых, одно-трехлетних ветвей, так как в ней содержится значительно больше активных веществ, чем в старой, опробковевшей коре.

Листья заготавливают перед и во время цветения. Как исключение, листья некоторых растений (например, мать-и-мачехи) заготавливают после цветения.

Цветки собирают в самом начале распускания (в отличие от ботаники, цветком в фитотерапии называется не только непосредственно цветок, но и цветоножка, и соцветие).

Травами называют облиственные и цветоносные побеги травянистых растений, а также молодые побеги с листьями кустарников и полукустарников (например, веточки брусники называют в фитотерапии травой брусники, хотя само растение не относится к травянистым). Грубые, толстые части растения после сушки обычно удаляют.

Плоды и семена собирают, как правило, в фазе полной зрелости.

Корни, корневища и клубни выкапывают осенью при неполном отмирании надземной части. При этом растение еще можно опознать по виду стеблей, листьев и плодов. Корни однолетних растений собирают осенью первого года, двулетних — осенью второго года жизни, а подземные органы растений с многолетним циклом развития — начиная со второго-третьего года (у некоторых видов (женьшень) — значительно позже). Перед сушкой корни и корневища моют, толстые части разрезают вдоль.

Сушку лекарственных растений нужно проводить в темноте или при достаточном затенении, прежде всего это относится к тем видам сырья, в которых содержатся эфирные масла. Очень часто травянистые части растений перед сушкой измельчают (режут), что ускоряет процесс высыхания.

Во время сбора лекарственного сырья следует всегда помнить, что ресурсы нашей флоры далеко не безграничны. Сбор растений, даже тех, которые не отнесены к редким, нужно проводить так, чтобы не нанести непоправимый ущерб данной популяции, то есть часть растений оставлять нетронутыми для дальнейшего воспроизводства.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ

АБРИКОС ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Armeniaca vulgaris Lam.*

Абрикос звичайний, жерделя, мореля (*укр.*)

Семейство Розанные (***Розоцветные***) — ***Rosaceae***

Род Абрикос насчитывает восемь дикорастущих видов. Географическим центром происхождения абрикоса считается Китай, а родиной современных сортов — территория современного Таджикистана.

Абрикос — это деревья или кустовидные деревья высотой 6—10 м, с бурой корой, имеющей продольные трещины (кора молодых побегов блестящая, красно-коричневая).

Плод абрикоса — округлая сочная костянка массой от 3—20 г у дикорастущих видов до 80 г и более у культурных сортовых форм. Цвет плодов — от белого до ярко-красно-оранжевого, встречаются абрикосы даже с черной окраской плодов. Как правило, все плоды густо опушены.

Мякоть плодов содержит различные сахара (преимущественно сахарозу), крахмал, органические кислоты (винную, яблочную, лимонную), флавоноиды, каротин, витамины B_1, B_2, B_{15}, C, PP, микро- и макроэлементы, пектины, дубильные вещества. В ядрах семян (косточках) содержится до 50 % жирного невысыхающего масла, белки, углеводы. В камеди (смолистых наплывах на поврежденных ветвях и стволах) содержатся сахара — арабиноза и галактоза, а также глюконовая кислота, белки и минеральные соединения.

Применение. Плоды абрикоса (как культурных, так и дикорастущих видов) применяют при лечении заболеваний крови и нарушениях кроветворной функции. Исследованиями установлено, что благодаря высокому содержанию железа употребление 100 г абрикосов оказывает такое же действие на кроветворный процесс, как и употребление 250 г печени. Как источник легкоусвояемого калия плоды абрикоса применяют при нарушениях сердечного ритма, недостаточности кровообращения, инфаркте миокарда.

Абрикосовое масло в официальной медицине используют как основу для приготовления жидких мазей и как растворитель лекарственных веществ (камфора). Клеящие, обволакивающие и эмульгирующие свойства камеди используют в производстве пилюль, капсул, таблеток. Измельченные ядра семян абрикоса в китайской медицине применяют при лечении кашля (в виде эмульсии).

Употребление плодов абрикоса ограничивают для больных сахарным диабетом и ожирением (в связи с высоким содержанием углеводов). В семенах абрикоса (косточках) содержится вещество амигдалин, которое при хранении способно разлагаться с образованием сильнейшего яда — синильной кислоты. Поэтому употребление абрикосовых семян нужно ограничивать до 1 ст. л. в сутки.

Абрикос широко используется как в свежем, так и в сушеном виде. Сухофрукты из абрикосов называются «курага» (без косточек), «урюк» (с косточками) и «кайса» (высушенная мякоть с ядрами семян).

АВРАН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Gratiola officinalis L.*

Авран лікарський, благодатка, драціола, бождерево, лихоманкова трава, жовчинець лікарський (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Многолетнее травянистое растение с ползучим чешуйчатым корневищем. Стебли прямостоячие или приподнимающиеся, высотой 10—40 см, одиночные или ветвящиеся. Листья супротивные, ланцетные, у основания цельнокрайние, затем мелкопильчатые, как правило, с тремя жилками. Цветы одиночные, неправильно коло-

кольчатые, с желтой трубкой и белым или розоватым, неясно выраженным отгибом. Расположены цветки в пазухах листьев, на длинных цветоножках. Период цветения — с мая по сентябрь. Обычные места произрастания — поймы рек, берега водоемов, совместно с другими влаголюбивыми растениями: осокой острой, мятликом болотным, калужницей. В Украине встречается повсеместно, в России ареал аврана охватывает степные и южные регионы лесной зоны европейской части и Западной Сибири.

В лекарственных целях используется надземная часть (трава), заготавливаемая в период цветения или непосредственно перед ним, изредка — корневища, которые выкапывают осенью. В траве аврана содержатся гликозиды (грациомид, грациотоксин, грациозид), сапонины, органические кислоты (яблочная, бетулиновая), флавоноиды, смолистые вещества.

Применение. Траву аврана с цветами применяют как сильное слабительное, рвотное, мочегонное, противоглистное средство, используют также при лечении заболеваний печени и селезенки, при кожных заболеваниях (экзема, чесотка, зудящие сыпи). Имеются сведения о применении аврана при лечении сердечной недостаточности (действие подобно действию наперстянки). В малых дозах авран вызывает повышенную чувствительность к зеленой части спектра, в больших — наоборот, вызывает невосприимчивость к зеленому цвету.

Рекомендуется применять настои и отвары аврана одновременно со слизистыми отварами, предупреждающими раздражение стенок желудка и кишечника.

Все части растения ядовиты и при превышении рекомендуемых доз вызывают неудержимую рвоту, понос, судороги.

АГАВА АМЕРИКАНСКАЯ

❖ *Agave Americana L.*

Агава американська (*укр.*)

Семейство Амариллисовые — Amaryllidaceae

Многолетнее травянистое растение с голубовато-зелеными сочными большими и толстыми листьями, собранными в прикорневую

розетку. В целом агава напоминает алоэ, но отличается значительно более широкими листьями.

Родина агав — Мексика, где они в естественных условиях вырастают до гигантских размеров (3—4 м в диаметре), а высота цветоноса может достигать 10 м. В Украине агавы в открытом грунте можно встретить в Крыму, а в других регионах их выращивают в комнатной (горшечной) культуре.

В мясистых, сочных листьях агавы содержатся алоины, смолы, эфирные масла. В лечебных целях используют свежий сок и листья, которым не менее трех лет.

Применение. Препараты агавы обладают слабительным действием, наступающим через 8—10 часов после приема. Кроме того, агава оказывает противовоспалительный, жаропонижающий, бактерицидный, отхаркивающий и обеззараживающий эффект, способствует выведению из организма лишней жидкости, быстрому снятию раздражения различных тканей, улучшает процесс обмена веществ, нормализует деятельность желчного пузыря, пищеварительной системы. Наружно разрезанные листья агавы используют в виде компрессов при нарывах, ранах и т. п. Такие компрессы эффективны также при воспалении седалищного нерва.

АДОНИС ВЕСЕННИЙ, ГОРИЦВЕТ

❖ *Adonis vernalis L.*

Горицвіт, чорногірка, стародубка, жовтоцвіт (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение высотой до 35 см, расцветает рано, в апреле — мае. Цветки расположены на верхушках стеблей, одиночные, крупные (до 6 см в диаметре), ярко-желтые; чашечка пятилистная, с опушением. Плоды — сухие семянки с крючкообразным носиком. Прикорневые и нижние листья — в виде пленчатых чешуй, стеблевые листья — трижды перисторассеченные, с очень узкими долями. Корневище вертикальное, короткое,

до 3,5 см в диаметре, темно-бурого цвета. Стебли круглые, почти не опушенные.

Природные места обитания — сухие склоны, хорошо прогреваемые и освещенные солнцем, каменистые почвы. Ареал адониса включает в себя Кавказ, Западную и Восточную Сибирь (южные регионы), всю территорию Украины. Однако встретить растение в природе — редкая удача, оно находится на грани исчезновения.

Сбор адониса в природных экосистемах недопустим! Заготовку сырья проводят в специализированных хозяйствах, где адонис культивируется в числе прочих лекарственных растений.

Трава адониса содержит спирты адонита, флавоновые гликозиды — адовернит, строфантин, цимарин, гомориентин.

Применение. Препараты адониса весеннего оказывают седативное действие, способствуют нормализации давления. Адонис успокаивающе действует на сердце, укрепляет нервную систему, усиливает диурез (мочевыделение), вследствие чего предотвращаются отеки и регулируется деятельность сердечной мышцы.

В народной медицине адонис весенний давно известен как действенное средство при воспалении легких, простуде и других заболеваниях органов дыхания. Адонис употребляют в виде отвара при судорогах, кашле, коликах как успокаивающее, при болях в костях и головной боли, когда нужно поднять жизненный тонус организма.

АИР БОЛОТНЫЙ, ИЛИ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Acorus calatus L.*

Татарське зілля, лепеха звичайна, лепешник, ірниця, шуварник (*укр.*)

Семейство Ароидные — Araceae

Высокое (до 120 см) растение, укореняющееся в илистой почве многочисленными тонкими корешками, отходящими от корневища.

Корневище толстое, ползучее, горизонтально расположенное, губчатое, на разрезе — белое с розовым оттенком, со своеобразным приятным ароматом. Листья прикорневые, длиной до 1 м, мечевидные. Цветонос прямостоячий, треугольный, выходит из верхушки корневища. Соцветие — початок, цветки мелкие, зеленовато-желтые. Выше соцветия образуется так называемое покрывало, похожее на лист. Плоды — красные сухие ягоды.

Родина аира — Индия и Китай, в Европу он завезен в Средние века кочевниками-завоевателями и сейчас стал обычным растением. Встречается на всей европейской части стран СНГ, в Сибири и на Дальнем Востоке. Повсеместно растет по берегам различных водоемов, на заболоченных почвах, иногда образует отдельные куртины.

С лечебной целью применяют корневища растения, которые заготавливают ранней весной или поздней осенью. Сухие корневища аира содержат до 4,5 % эфирного масла, в состав которого входят азарон, терпены, пинен, борнеол, евгенол, камфен, камфора, каламен, горький гликозид акорин, алкалоид каламин, витамин С и др.

Применение. Аир широко применяют как в официальной, так и в народной медицине. Прежде всего это растение известно своими бактерицидными свойствами. Восточные кочевники в дальних походах обеззараживали воду, бросая в нее кусочки корневищ аира. Это растение также служит индикатором загрязненности водоемов.

Кроме дезинфицирующих свойств аир обладает противовоспалительным, обезболивающим, отхаркивающим, мочегонным, антигельминтным (противоглистным) действием. Применяют аир в виде отваров, настоек и настоев при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, бронхитах, ларингитах, трахеитах (как отхаркивающее средство). Широко используют препараты аира при лечении язвы желудка.

Известен он также как общеукрепляющее, тонизирующее средство, применяется при лечении кожных заболеваний, гнойных ран и язв.

Аир помогает при преодолении вредной привычки — курения (кусочки корневищ при разжевывании вызывают отвращение к табаку). Отваром корневищ моют голову для укрепления волос.

Все препараты аира противопоказаны при беременности.

АЙВА ОБЫКНОВЕННАЯ, ИЛИ ПРОДОЛГОВАТАЯ

❖ *Cidonia oblonda Mill.*

Квіт, квітове дерево (*укр.*)

Семейство Розанные** (**Розоцветные**) — **Rosaceae

Род кустарников или небольших деревьев *Cidonia* включает в себя единственный вид — Айва обыкновенная, который широко используется в промышленном плодоводстве прежде всего как низкорослый подвой для груши, а также для получения плодов (яблок) с уникальным ароматом, используемых для кулинарной переработки (варенье, джемы, мармелад). Латинское название растения происходит от города Сидон на о. Крит, где с древнейших времен айва была введена в культуру.

Цветки у айвы одиночные, очень крупные, белые или розовые, цветение — в мае. Листья похожи на листья яблони. Молодые побеги шерстисто-опушенные. Плоды зеленовато-желтые, по форме напоминают ребристую грушу, очень крупные, в фазе технической спелости очень твердые и терпкие. Кожица плодов войлочно опушена. После 1—1,5 месяцев хранения плоды приобретают аромат и золотистый цвет и используются для переработки. Выращивают айву в южных регионах европейской части стран СНГ.

Зрелые плоды содержат до 11 % сахаров (сахароза, глюкоза и фруктоза), дубильные вещества (до 0,7 %), протопектины (до 5 %), органические кислоты (яблочная, винная, лимонная), минеральные соли, витамин С (до 20 мг %), эфирное масло. Для кожицы плодов характерно высокое содержание ароматных эфиров. В семенах содержится до 20 % слизистых веществ, легко разбухающих в воде, жирное масло (до 20 %), крахмал, амигдалин.

Применение. Плоды обладают вяжущим, мочегонным, кровоостанавливающим, антисептическим, противорвотным действием. Семена оказывают смягчающее, обволакивающее, антисептическое и противовоспалительное действие.

Как лекарственное растение айву используют с глубокой древности. Во многих странах отвар плодов (компот) применяют при

лечении желудочно-кишечного тракта. Пюре из вареных плодов используется при заболеваниях печени и как противорвотное средство.

Широко применяют слизистый отвар семян — при поносах, кровохаркании, маточных кровотечениях. Наружно этот отвар применяют при лечении глазных заболеваний воспалительного характера, для полоскания горла при ангинах, а также как косметическое средство для смягчения кожи.

АЙВА ЯПОНСКАЯ, ХЕНОМЕЛЕС

❖ *Chaenomeles japonica Lindl.*

Айва японська (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Род Хеномелес включает в себя несколько видов кустарников, используемых прежде всего в декоративном садоводстве. Обычно кроме указанного в заголовке вида японской айвой называют еще два близких вида: Хеномелес бутыльчатый (*Chaenomeles lagenaria*) и Хеномелес китайский (*Chaenomeles sinensis*). Высота кустарников этих видов достигает 1,5 м, ветви их часто покрыты колючками, листья мелкие, темно-зеленые, глянцевые, кожистые. Цветы красные, розовые или белые, с крупными прицветниками, иногда махровые. Плоды ароматные, очень твердые, могут использоваться для кулинарной переработки. Хеномелес ограниченно выращивают в южных районах европейской части России, а также в Украине (вплоть до широты Киева).

По химическому составу хеномелес напоминает айву обыкновенную. Плоды содержат до 6 % органических кислот, до 2,3 % дубильных веществ (танин), чем определяется их терпко-вяжущий вкус. Содержание сахаров меняется с севера на юг от 2 до 6 %, среди сахаров преобладает фруктоза. Высокое содержание пектинов дает возможность применения айвы японской для связывания и выведения из организма солей тяжелых металлов. Прекрасный аромат плодов обусловлен наличием энантово-этилового и пеларгоново-этилового эфиров. Ценность плодов хеномелеса состоит также в высоком содержании антоцианов и лейкоантоцианов, калия, кальция, магния, фосфора. По содержанию витамина С

хеномелес можно отнести к растениям-рекордистам — даже после термической обработки (варенье) плоды японской айвы по содержанию этого витамина не уступают лимонам.

Применение. Лечебные свойства плодов хеномелеса определяются прежде всего высоким содержанием витамина С, каротина, фенольных соединений, противосклеротическим, капилляроукрепляющим и противовоспалительным действием. Настои сухих плодов применяют при пониженной кислотности желудка. Благодаря высокому содержанию пектиновых веществ продукты переработки хеномелеса полезны людям, работающим на вредных производствах и на территориях, загрязненных радионуклидами. При кашле, бронхите, трахеите показаны полоскания настоем цветов айвы японской.

Семена хеномелеса с успехом применяют для заживления ожогов. Слизистым настоем семян смазывают пораженные участки кожи.

АИСТНИК ЦИКУТНЫЙ

❖ *Erodium cicutarium L.*

Журавельник, буськи, бусенник, грабельки звичайні, червивець (*укр.*)

Семейство Гераневые — Geraniacea

Однолетнее травянистое растение. Стебель прямой, ветвистый от основания, до 50 см высотой. Цветки с розово-лиловыми лепестками, собраны в многоцветковые зонтики. Плод — коробочка длиной 3—4 см, по форме похожа на голову аиста. Листья перистые, листочки — перисторадельные или перистонадрезанные. Цветет с апреля по ок-

тябрь. По внешнему виду аистник похож на обычную герань, отличительная черта — два из пяти лепестков крупнее других. Встречается повсеместно как сорное растение — на полях, в огородах, пустырях, распространен на всей территории России и Украины.

В траве, заготавливаемой в период цветения, содержатся горечи и дубильные вещества, флавоноиды, смолы, ацетилхолин, каротин, аскорбиновая кислота, витамин К, сахара, кальций и микроэлементы.

Применение. Аистник ограниченно применяют в народной медицине как наружное средство, при опухолях, воспалительных процессах, гнойных ранах, судорогах, используют при эпилепсии (совместно с дягилем). Водный отвар принимают внутрь при простудных заболеваниях, плеврите, вздутии живота; детей купают в отваре травы при диатезе; применяют как полоскание при заболеваниях горла. В виде компрессов используют для ускорения заживления при переломах костей.

АКОНИТ ДУБРАВНЫЙ

❖ *Aconitum remorosum Bied. ex reichend.*

Аконіт гайовий, борець (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение с клубневидными корнями. Стебли в верхней части коротко опушены, до 1 м высотой. Листья темно-зеленые, 2—7 см длиной и 2—10 см шириной, многократно пальчаторассеченные, с узкими линейными сегментами до 3 мм шириной, нижние листья — с длинными черешками. Цветки желтые, иногда синеватые. Верхний лепесток (шлем) — широкоокруглый, шарообразно вогнутый, до 20 см длиной, с вытянутым вперед носиком. Соцветие — кисть, простая или сложная, 10—40 см длиной. Цветет во второй половине лета. Плоды — опушенные трехгнездные листовки. Корневище состоит из сросшихся конусовидных корнеклубней и по виду напоминает цепочку. Природное местообитание — мелколесье, заросли кустарников, леса́, распространен в умеренном поясе России, на всей территории Украины и Беларуси.

Во всех частях растения, а наиболее в корневищах, содержатся алкалоиды (до 3 %), в том числе сильнейший яд аконит, а также органические кислоты, кумарины, углеводы, смолы. В лечебных целях используют корнеклубни, которые заготавливают в сентябре—октябре.

Применение. Препараты аконита обладают анестезирующим (в том числе местным), антибактериальным и выраженным противоопухолевым действием. Аконит официально признан лекарственным растением в Индии, Японии и ряде других стран. Применяется в микродозах при заболеваниях кожи, опорно-двигательного аппарата, онкологических заболеваниях, понижает артериальное давление, используется при мигренях. Наряду с аконитом джунгарским применяется как противомалярийное средство.

Любое применение аконита дубравного очень опасно в связи с тем, что растение смертельно ядовито. Отравление может наступить, даже если долго держать корнеклубни в мокрой руке. Самолечение аконитом недопустимо!

АКТИНИДИЯ КОЛОМИКТА

❖ *Actinidia colomicta Maxim*

Актинідія коломікта (*укр.*)

Семейство Актинидиевые — Actinidiaceae

Деревянистое вьющееся растение (лиана), в природе обвивает стволы деревьев, достигая высоты (длины) 10—15 м. Молодые побеги — красно-коричневые, блестящие, с многочисленными светлыми чечевичками на коре. Листья очередные, длинночерешковые, эллиптические, двоякоостропильчатые, с заостренными краями и сердцевидным основанием. Цветки на тонких цветоносах, белые или с розовым оттенком, поникающие, преимущественно однополые. Чашечка — из пяти чашелистиков, остающихся при плодах. Лепестков венчика пять. Плод — удлиненная эллиптическая ягода зеленого цвета с продольными темными полосками, приятного кисло-сладкого вкуса. Созревание — в августе—сентябре. Природный ареал актинидии — Дальний Восток. В культуру введена

И. В. Мичуриным и интродуцирована в европейской части СНГ, в том числе в Украине.

В плодах содержатся сахара (до 10 %), органические кислоты (до 2,5 %), дубильные, пектиновые, красящие вещества. По содержанию витамина С актинидия соответствует таким растениям, как шиповник, лимон, апельсин, черная смородина.

Из близкого вида, актинидии китайской, селекционерами Новой Зеландии создано практически новое растение — киви, плоды которого в последние десятилетия очень популярны в Украине. Названо растение «в честь» новозеландской птицы киви, являющейся национальным символом этой страны.

Применение. Плоды актинидии обладают кровоостанавливающим, противоглистным действием. В народной медицине Дальнего Востока актинидия считается одним из лучших противоцинготных средств. Плоды используют также при лечении туберкулеза, бронхиальной астмы, коклюша, различных кровотечений. Применяется актинидия и для лечебного питания при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, а также в восстановительный период после операций и осложнений.

Актинидия — двудомное растение: при выращивании ее в саду необходимо на каждые 8—10 женских растений высаживать по одному мужскому экземпляру.

АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ

❖ *Aloe arborescens Mill.*

Столітник, ранник, сабур (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее вечнозеленое суккулентное растение, в естественных условиях Южной Африки достигающее высоты 4 м. Корень мочковатый, разветвленный. Стебель очень короткий, разветвленный, с многочисленными боковыми побегами. Листья крупные, мясистые, сочные, до 60 см длиной, скрученные в виде розетки, стеблеобъемлющие, серо-зеленого цвета, с шиповатыми краями. В Украине издавна выращивается в комнатной (горшечной) культуре. Цветет в комнатных условиях исключительно редко (отсюда название — столетник). С целью получения лекарственного сырья — сока, отжатого из листьев, — выращивается в Средней Азии и Закавказье. Выпаренный досуха сок называется «сабур» и используется для изготовления лекарственных препаратов. В соке алоэ содержатся антрагликозиды (их смесь называется «алоины»), арабиноза, органические кислоты, смолы, дубильные вещества, витамин С, каротин.

Академик В. П. Филатов установил, что живая ткань, отделенная от организма и помещенная в неблагоприятные условия — в темное помещение с низкой (около 3 °C) температурой — и выдержанная там около 20 дней, вырабатывает особые вещества — биогенные стимуляторы, которые возбуждают угасающие жизненные процессы в тканях. На этом явлении основан метод лечебного использования алоэ — срезанные листья перед применением нужно выдержать в холодильнике около двух недель.

Применение. О целебных свойствах алоэ знали еще древние римляне и арабы. В наши дни сок алоэ и препараты из него широко применяются как в научной, так и в народной медицине. Издавна его используют как слабительное, причем дозировка и эффективность

находятся в прямой зависимости. Настойка сабура, как и свежий сок, применяется при лечении язвы двенадцатиперстной кишки, заболеваниях печени, энтероколите, гастроэнтерите, хронических анацидных гастритах. При малокровии применяют сироп алоэ с препаратами железа. При болезнях горла проводят полоскания 50%-м водным раствором сока алоэ.

Как наружное средство алоэ, обладающее бактерицидными свойствами, применяют при лечении застарелых ран, ожогов, при гнойных воспалениях глаз, катарактах (в виде примочек). Эмульсия алоэ используется в качестве профилактического средства при поражениях кожи вследствие лучевой терапии, для лечения ожогов 1-й и 2-й степени, при островоспалительных процессах кожи. Помогает сок алоэ при остром рините (насморке) — закапывают в нос по 5—6 капель.

Противопоказано применение препаратов алоэ при заболеваниях мочевого пузыря, почек, при сердечно-сосудистых заболеваниях, а также во второй половине беременности.

АЛТЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Althaea officinalis L.*

Проскурняк, просвірняк, калачики лісові, гордовля, рожа лікарська (*укр.*)

Семейство Мальвовые — Malvaceae

Многолетнее травянистое растение высотой 0,6—1,5 м. Толстое, короткое, многоглавое корневище имеет мощный стержневой корень. Стебель прямостоячий, округлый, внизу — древеснеющий, сверху — сочный, олиственный. Нижние листья пятилопастные, сердцевидные или яйцевидные, стеблевые — трехлопастные, длина листьев 5—20 см. Цветки бледно- или ярко-розовые, изредка белые, расположены в пазухах листьев, на верхушке стебля густо скученные, на коротких цветоножках. Плод — приплюснуто-округлая многосемянка, при высыхании распадающаяся на отдельные семянки. Цветение — с июня по сентябрь. Отличный медонос — медопродуктивность до 400 кг/га. Растет в хорошо увлажненных местах: поймах рек, на лугах, в кустарниках, вблизи водоемов. В Украине

распространен широко, введен в культуру. В России распространен в южных регионах, реже — в средней полосе, а также на Кавказе и в Западной Сибири.

В качестве лекарственного сырья используется корневище с корнем, иногда — цветки и листья. Во всех частях растения содержится: слизи — 30—35 %, крахмала — 35—37 %, около 2 % аспарагина, до 8 % тростникового сахара, 10—12 % пектиновых веществ и др. Заготавливают корневища осенью, после отмирания надземной части растений в возрасте не менее двух лет. Все части растения действуют как смягчающее, обволакивающее, отхаркивающее и противовоспалительное средство.

Применение. Используется при лечении органов дыхания (бронхиты, трахеиты, воспаление легких, бронхиальная астма, туберкулез легких), воспалении мочевыводящих путей, язвенных процессах слизистых оболочек желудка и кишечника. Настой из цветков алтея применяют при конъюнктивитах, рекомендуется он и для полоскания горла. Алтей часто используют в диетическом питании — приготовленные из него слизистые отвары благотворно влияют на работу желудка и кишечника.

АЛЫЧА

❖ *Prunus cerasifera L.*

Алича (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Кустарник или кустовидное деревце высотой 4—10 м, с широкояйцевидной кроной. Молодые побеги тонкие, прямостоячие или поникающие, голые, зеленые, на солнечной стороне красноватые, позже — красно-коричневые, усаженные укороченными побегами, заканчивающимися колючками; кора стволов и старых ветвей — темно-бурая. Листья продолговато-эллиптические или яйцевидные, до 10 см длиной и 6 см шириной, пильчато-зубчатые, заостренные к вершине, сверху темно-зеленые, снизу светлее и по жилкам иногда опушенные. Плоды — костянки шаровидной или эллиптической формы с легким восковым налетом, желтого, розового, красного

или фиолетового цвета, со слабой боковой бороздкой. Косточка — не отделяющаяся от мякоти, заостренная на верхушке, шероховатая или ямчатая. Алыча широко распространена в Украине, особенно в южных и восточных областях (Запорожская, Днепропетровская, Донецкая и др.). Широко возделывается в южных регионах Российской Федерации, на Кавказе. Введена в культуру, культурные формы дают плоды массой до 30 г.

Плоды алычи содержат сахара (2—6 %), органические кислоты — до 3—4 %, дубильные вещества, витамин С, каротин и др. Количество витамина С в плодах возрастает с понижением широты местности, где произрастает растение (у южных сортов — больше).

Применение. Плоды алычи широко применяются в народной медицине как лечебно-профилактическое средство при кашле и заболеваниях горла, как отхаркивающее средство при заболеваниях верхних дыхательных путей; используются в пищу в сыром и печеном виде, из них готовят компоты, варенье, повидло, мармелады. Отвар (компот) из сушеных плодов алычи повышает аппетит, улучшает пищеварение, особенно при гастритах с пониженной кислотностью, действует и как слабительное.

Отвары из сушеной алычи помогают при запорах. Камедь, выделяющуюся из ран на стволах и ветвях, рекомендуют как средство от кашля. Плоды алычи, содержащие лимонную кислоту (до 14 % сухой массы), служат сырьем для ее получения. Содержащееся в косточках жирное масло, близкое по свойствам к миндальному, используется в производстве медицинских мыл.

АММИ БОЛЬШАЯ

❖ *Ammi majus L.*

Амі велика (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Однолетнее или двулетнее травянистое растение высотой больше 1 м. Стебель округлый, неопушенный, бороздчатый, ветвистый. Корень стержневой, слабоветвистый, беловатый. Листья дважды

или трижды перистосложные, очередные, по краю острозубчатые. Цветки мелкие, белые, собраны в сложные зонтики диаметром свыше 10 см, с голыми лучами длиной до 7 см, число лучей в зонтике — до 60. Цветение — в июне—июле. Плоды — широкояйцевидные, сжатые с боков ребристые двусемянки длиной до 3 мм, плодоношение в июне—июле. В диком виде амми большая встречается в Северной Африке и Средиземноморье, в Украине и России введена в культуру и выращивается в специализированных хозяйствах в южных областях.

Применение. С лечебной целью используются семена амми большой. В них содержится значительное количество (до 3,5 %) фурокумаринов, из которых важнейшими являются бергаптен, ксантотоксин и изопимпинеллин. Комплекс этих веществ является основой препарата «Аммифурин», который используется для восстановления пигментации кожи при витилиго и при лечении псориаза, гнездового и общего облысения.

Препараты амми большой противопоказаны при туберкулезе кожи, заболеваниях печени, почек, крови, сердечно-сосудистой и центральной нервной систем.

АММИ ЗУБНАЯ

❖ *Ammi visnaga* (*L.*) *Lam.*

Амі зубна (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Однолетнее травянистое растение высотой 80—100 см. Корень стержневой, деревянистый, слабоветвистый, глубоко уходящий в почву. Стебель прямостоячий, разветвленный, слабобороздчатый, округлый, густо олиственный. Листья очередные, влагалищные, дважды и трижды перисторассеченные на тонкие заостренные цельнокрайние доли. Соцветие — сложный зонтик диаметром до 25 см.

Цветки мелкие, с неприятным запахом, с белым пятилепестным венчиком около 1 мм длиной. Цветение в июне—августе. Плод — широкояйцевидная двусемянка длиной до 2,5 мм, распадающаяся на два полуплодика. Созревание плодов — в июле—августе. Природные местообитания — солонцеватые степи, сухие склоны, главным образом в Средиземноморье. В СНГ встречается в незначительных количествах в Закавказье, введена в культуру как ценное лекарственное растение.

Как лекарственное сырье используются плоды (семена) амми зубной. Важнейшими компонентами их химического состава являются производные фуранохромона: келлин (до 0,45 %), келлинол, везаминол, виснагин и др.

Применение. Производимый из плодов амми зубной препарат келлин используется при лечении многих болезней, в частности коронарной недостаточности, стенокардии, бронхиальной астмы, коклюша, при спазмах желудочно-кишечного тракта и мочевыводящих путей. Келлин рекомендуется также в случаях сочетания приступов стенокардии и бронхиальной астмы. При лечении коронарной недостаточности действие келлина проявляется медленнее, но более продолжительно по сравнению с действием нитроглицерина. Келлин способствует расширению венечных сосудов со значительным (в 2—3 раза) усилением кровотока и не изменяет кровяного давления, но расслабляет гладкую мускулатуру бронхов, матки, желчных путей, а также успокаивающе действует на нервную систему.

АМОРФА КУСТАРНИКОВАЯ

❖ *Amorpha fruticosa L.*

Аморфа кущова (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Сильно ветвистый кустарник высотой 1—3 м, с мощной корневой системой. Побеги прямостоячие, тонкие, с бурой или темно-серой корой. Листья очередные, непарноперистые, длиной 12—22 см,

с 5—12 парами овальных цельнокрайних непарноперистых листочков. Листочки длиной 2—4 см, сверху зеленые, снизу серовато-зеленые. Соцветия — густые колосовидные кисти длиной до 15 см, по нескольку на концах побегов. Цветки мелкие, на коротких цветоножках, душистые, чашечка фиолетовая, венчик темно-красно-фиолетовый, недоразвитый, длиной до 6 мм. Цветение в июле—августе. Плоды — мелкие, длиной до 9 мм и шириной до 2 мм, серповидные остроконечные бобы с 1—2 мелкими душистыми семенами. Плодоношение ежегодное, массовое, созревание плодов в августе—сентябре. В диком виде аморфа кустарниковая встречается в Северной Америке, в Украине и России выращивается повсеместно, особенно в южных регионах, в садах, парках, на улицах как декоративное растение.

Применение. Используется как лесомелиоративная культура для посадок на склонах балок и оврагов для закрепления почвы. С лечебной целью применяют плоды аморфы, содержащие гликозид аморфин (до 0,75 %), в створках плодов — эфирное (до 2 %) и жирное масла. Из плодов производят препарат «Фрутицин» — успокаивающее средство при вегетативных и сердечных неврозах.

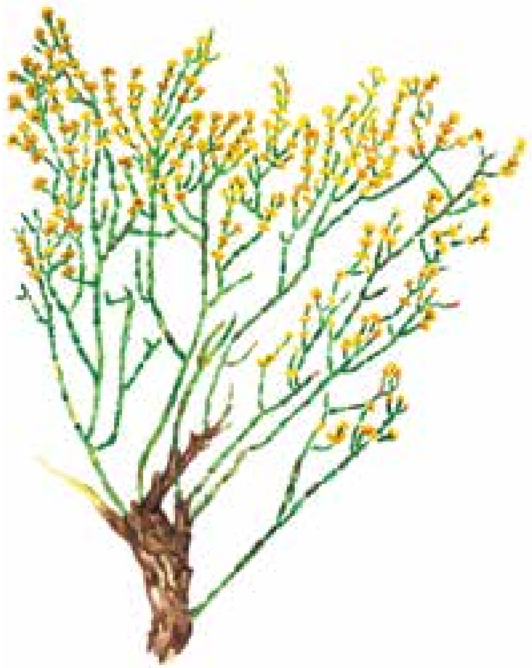
АНАБАЗИС БЕЗЛИСТНЫЙ, ЕЖОВНИК БЕЗЛИСТНЫЙ

❖ *Anabasis aphilla L.*

Анабазис безлистий (*укр.*)

Семейство Маревые — Chaenopodsaceae

Суккулентный, голый, ветвистый полукустарник высотой 50—90 см. Корни стержневые, мощные, глубоко, до 10 м, проникающие в почву. Стебли внизу деревянистые, сильно ветвистые, многочисленные, а сверху травянистые, серо-зеленого цвета. Ветви цилиндрические, сочные, листья на них редуцированы (недоразвиты). Цветки мелкие, желто-розовые, собраны в соцветие — колос. Плоды сплюснутые, дисковидные. Цветение — с конца июня по сентябрь. Типичное растение полупустынь и пустынь, где растет на засоленных и глинистых



почвах. Занимает огромный ареал — практически всю Среднюю Азию и Закавказье, Афганистан, Иран, Турцию. Лекарственное сырье — трава, заготавливаемая во время цветения.

В состав травы анабазиса входят 2—5 % алкалоидов (анабазин, афиллин, афиллидин, лупинин, оксафиллидин, оксафиллин). Главный из них — анабазин, являющийся изомером никотина и обладающий схожими свойствами.

Применение. Получаемый из травы технический продукт анабазинсульфат является сильным ядом и применяется как инсектицид для борьбы с вредителями сельскохозяйственных культур. Для медицинских целей из анабазинсульфата получают витамин PP (никотиновая кислота), который широко используется для лечения пеллагры, спазмов сосудов, болезней печени, длительно не заживающих ран и язв.

АНЕМОНА ЛЕСНАЯ, ВЕТРЕНИЦА

❖ *Anemone silvestris L.*

Анемона лісова (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение с вертикальным корневищем, часто с многочисленными корневыми отпрысками. Стебли простые, прямостоячие, бело-войлочно-опушенные, высотой до 50 см. Прикорневые листья длинночерешковые, с округлыми пластинками, пальчаторассеченные, с тремя-пятью острозубчатыми сегментами, с обеих сторон густо опушенные. Цветки одиночные, 3—7 см в диаметре, на длинных вертикальных, вверху поникающих цветоносах. Околоцветник простой, лепестков пять, белые или кремовые, иногда с сиреневым оттенком, снаружи опушенные. Плодики многочисленные, опушенные длинными белыми волосками. Цветение — в мае. Анемона введена в культуру как декоративное растение. В Украине и России в естественных условиях встречается повсеместно в лесах, на лесных полянах, среди кустарников.

С лечебной целью используется только надземная часть растения (трава), в которой содержатся сапонины, протоанемонин,

аскорбиновая кислота, флавоноиды, органические кислоты, следы алкалоидов. Протоанемонин и сапонины содержатся и в корнях анемоны.

Применение. Анемону лесную используют только в народной медицине. Считается, что растение оказывает антисептическое, противовоспалительное, обезболивающее, потогонное и мочегонное действие. В старых русских лечебниках указано, что анемона применяется при ухудшении зрения и слуха, головной и зубной боли, кашле, заболеваниях верхних дыхательных путей, простуде, желудочно-кишечных заболеваниях, импотенции и параличах. Наружно отвар и настой травы анемоны используют при кожных заболеваниях, параличах.

Как и многие представители семейства Лютиковые, анемона лесная ядовита, и ее применение требует осторожности.

АНИС ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Anisum vulgare Gaertn.* (*Pimpinella anisum*)

Ганус, ганиж, ганриж (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Однолетнее травянистое растение, родиной которого является Малая Азия. В диком виде встречается только на территории Греции. Введено в культуру в древности, выращивается почти во всех странах мира, в Украине и России — повсеместно как лекарственное, пряновкусовое, эфиромасличное и медоносное растение.

Корень аниса стержневой, вертикальный, маловетвистый. Стебель короткоопушенный, прямостоячий, умеренно ветвистый, высотой до 30—60 см. Прикорневые листья цельные, с длинным черешком, надрезано-зубчатые по краю, верхние — почти сидячие, трехраздельные с узкими долями. Цветки мелкие, белые, собраны в 6—10-лучевой плоский сложный зонтик. Цветение в июне—июле. Плоды — шероховатые двусемянки, вкус их терпко-сладкий с «холодком», запах сильный, специфический. В плодах аниса содержатся жирное масло, белки, кумарины, сложное эфирное масло (до 6 %).

Применение. Анис применяют как отхаркивающее, обезболивающее, дезинфицирующее, потогонное, жаропонижающее средство. Он улучшает секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта, перистальтику кишечника. Отвар семян принимают внутрь при воспалительных процессах в желудке и кишечнике, при запорах, метеоризме, при кишечных кровотечениях, болезненных менструациях, нарушениях менструального цикла. Используют для увеличения лактации у кормящих матерей. Настой семян и стеблей растения широко применяют при лечении органов дыхания — бронхитах, кашле, пневмонии, одышке, астме, трахеите, ларингите, коклюше. При охриплости голоса хорошее действие оказывает отвар семян с медом.

Отвар семян аниса применяют при лечении ожогов (после отстаивания и процеживания смешивают с яичным белком и наносят на пораженные места). Настой всего растения используют как мочегонное при заболеваниях почек, мочевого пузыря, мочекаменной болезни. Корни аниса входят в сборы для улучшения сердечной деятельности, их рекомендуется жевать, для того чтобы облегчить отказ от курения.

В народной медицине порошок из плодов аниса смешивают с порошком белой чемерицы (поровну) и делают из этой смеси мазь — смешивают одну часть порошка с двумя частями внутреннего свиного жира. Эта мазь — радикальное средство в борьбе с головными вшами и гнидами.

Белая чемерица — очень ядовитое растение, требующее осторожного обращения.

АНХУЗА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Anchusa officinalis L.*

Воловик лікарський, анхуза лікарська (*укр.*)

Семейство Бурачниковые — Boraginaceae

Двулетнее травянистое растение, опушенное жесткими длинными щетинистыми волосками. Стебель прямостоячий, высотой 30—90 см. Листья ланцетные, цельнокрайние, редковолосистые из-за

щетинок, сидящих на белых бородавочках. Нижние листья с длинными черешками, верхние — сидячие. Соцветие — завитки, собранные в метелку. Цветки актиноморфные (правильные), вначале фиолетовые, затем становятся синими. Плод — орешек. Встречается на всей территории Украины, в средней полосе и на юге России, вдоль дорог, на пустырях, на полях, в садах как сорное растение. Лекарственным сырьем служит трава, собранная во время цветения. В траве содержатся алкалоиды циноглоссин и холин, консолидин, аллантоин, красящие вещества, слизи, в семенах имеется жирное масло.

Применение. В народной медицине анхуза применяется как мочегонное, потогонное, смягчающее и кровоочистительное средство. Используется при лечении кашля, гриппа, при воспалении почек, зубной боли. Наружно применяют для примочек, компрессов, полосканий при различных воспалительных процессах.

Растение ядовито, препараты анхузы используют только под наблюдением специалиста. Химический состав требует изучения.

АРАЛИЯ МАНЬЧЖУРСКАЯ, АРАЛИЯ ВЫСОКАЯ

❖ *Aralia mandshurica Rupr. Et Maxim* (*Aralia elata*)

Аралія маньчжурська, аралія висока, чортове дерево (*укр.*)

Семейство Аралиевые — Araliaceae

Листопадный кустарник или небольшое дерево с прямым стволом, усеянным многочисленными мелкими шипами (отсюда синонимы — шип-дерево, чертово дерево). Высота растения — 1,5—5 м, в культуре может достигать 12 м. Листья крупные, очередные, перисторассеченные или дважды перисторассеченные, длиной до 1 м, собраны

в мутовку на вершине ствола, за что аралию называют сибирской пальмой. Цветки мелкие, белые или кремовые, в зонтиках, собранных в верхушечные кисти, длина которых достигает 45 см. Плод — сочная темно-синяя костянка. Цветет аралия в июле—августе, плоды созревают в сентябре—октябре, плодоношение ежегодное. В Украине встречается в дендропарках и ботанических садах.

С лечебной целью используют корни аралии толщиной 1—3 см, которые заготавливают ранней весной или поздней осенью (при этом часть корней оставляют при растении, чтобы оно не погибло). В сырье содержатся тритерпеновые сапонины, так называемые аралозиды А, В и С, эфирное масло, смолистые вещества и камедь, белки, крахмал, другие углеводы, алкалоид аралин.

Применение. В официальной медицине корни аралии применяют для изготовления спиртовой настойки и препарата «Сапарал» (смесь аралозидов), которые рекомендуют как тонизирующее средство при нервных и психических заболеваниях, травмах головного мозга (контузии, сотрясении), гипотонии, снижении потенции. Аралия оказывает общеукрепляющее действие, улучшает состояние больных после тяжелых заболеваний, стимулирует работу сердечно-сосудистой и центральной нервной систем. В восточной медицине препараты аралии применяются порой чаще, чем препараты женьшеня и элеутерококка.

Все препараты аралии противопоказаны при повышенной нервной возбудимости, эпилепсии, бессоннице, гипертонической болезни, самолечение ими недопустимо.

АРАХИС, ЗЕМЛЯНОЙ ОРЕХ

❖ *Arachis hipodaea L.*

Арахіс, земляний горіх, земляний жолудь (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Арахис — масличная культура (в диком виде не встречается), выращиваемая повсеместно в тропиках и субтропиках. Дикие предки арахиса неизвестны (по другим данным, родиной арахиса является

Бразилия, где и сейчас в Амазонии можно найти близкие к арахису ботанические виды).

Арахис — однолетнее травянистое растение высотой до 50—70 см, главный стебель — прямостоячий. Лист образован двумя парами густоопушенных листочков с прилистниками. В пазухах листьев расположены собранные в кисти желтые цветки, бесплодные в верхней части и дающие плоды в нижней части стебля. Каждый цветок цветет только один день, затем чашечка отмирает и завязь постепенно изгибается к почве. Достигнув поверхности, она проникает в рыхлую почву до 5—7 см, и под землей образуются плоды — бобы длиной до 6 см, содержащие 1—5 семян. Окраска оболочки семян бывает красной, коричневой с различными оттенками. В целом растение напоминает фасоль и сою.

Семена арахиса содержат более 50 % ценного невысыхающего масла, состоящего из глицеридов различных жирных кислот, прежде всего масляной.

Применение. Медицинский препарат, изготавливаемый из семян арахиса, — арахисовое масло (аптечное название — *Arachidis oleum*) — применяется для изготовления разнообразных фармацевтических препаратов в форме мазей и эмульсий, косметики, так как не раздражает кожу. Жмых арахиса широко используется в пищевой и кондитерской промышленности.

АРБУЗ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Citrullus vulgaris* (*Thunb.*) *Matsum. et Nakai* (*Citrullus lanatus*)

Кавун звичайний (*укр.*)

Семейство Тыквенные — Cucurbitaceae

Однолетнее растение со стелющимся, ветвящимся, округло-шестигранным стеблем длиной до 3 и более метров. Листья трехдольчатые, в основном сердцевидные, очередные, шероховатые. В пазухах листьев вырастают разветвленные усики. Цветки довольно крупные, серо-желтые, на одном растении мужские и женские. Плод — шаровидная или удлиненная ягода, цвет — от почти белого до темно-зеленого, часто с полосками, масса — до 20 кг и более. Мякоть — от бело-желтой до розовой и красной. Корневая система мощная, глубоко проникающая в почву (по некоторым данным — до 18 м). Арбуз происходит из пустынных районов Африки (пустыня Калахари), культивируется с древнейших времен, однако в Европе завоевал популярность лишь в последние столетия.

В мякоти арбуза содержится 80 % воды, 5,5—13 % сахаров (фруктоза, глюкоза, сахароза), пектиновые вещества (0,7 %), клетчатка (0,5 %), аскорбиновая кислота (4—8 %), биофлавоноиды (70—135 мг%), никотиновая и фолиевая кислоты, каротин; присутствуют аминокислоты — валин, фенилаланин и др., соли калия, железа, магния и кальция. В ядрах семян содержится до 50 % жирного масла, похожего на миндальное. К моменту созревания в мякоти арбуза преобладают глюкоза и фруктоза, в процессе хранения накапливается сахароза.

Применение. В народной медицине используют мочегонное действие арбуза при отеках, связанных с заболеваниями почек

и сердечно-сосудистой системы, при болезнях печени и желчекаменной болезни. Щелочные соединения мякоти арбуза регулируют кислотно-щелочной баланс, поэтому арбузы применяют при ацидозах различного происхождения. Арбузная терапия назначается при хронических и острых заболеваниях печени, используется арбуз при ожирении и лечебном голодании. Клетчатка арбуза улучшает пищеварение, способствует выведению холестерина, а фолиевая кислота и витамин С оказывают противосклеротическое действие. Пектиновые вещества способствуют оптимизации микрофлоры кишечника и не вызывают метеоризма. Эффективно употребление арбуза (2—2,5 кг в день) при почечнокаменной болезни, циститах, нефритах, пиелонефритах, протекающих без задержки жидкости в организме.

Мякоть арбуза, содержащая железо в органических соединениях, полезна при анемиях, во время беременности и лактации. Семена, наряду с семенами тыквы, применяют как противоглистное средство. Настой сухих арбузных корок принимают в зимне-весенний период как действенное мочегонное средство.

АРНИКА ГОРНАЯ

❖ *Arnica Montana L.*

Скусівник гірський (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение высотой 20—50 см, с приятным запахом. Корневище короткое, цилиндрическое, многоголовчатое, красно-бурое, толщиной до 1 см. В первый год вегетации образуется только розетка из шести-восьми прикорневых листьев, на второй год вырастает слаборазветвленный короткоопушенный стебель. Листья на стебле (одна-три пары) вдвое меньше прикорневых, полустеблеобъемлющие, продолговатые, обратнояйцевидные, сверху темно-зеленые, снизу светлые, опушенные короткими волосками. Цветки желтые, собраны в корзинки 5—8 см в диаметре, по 1—5 на верхушках стеблей; обертки корзинок полушаровидные,

сложенные из 16—25 продолговато-ланцетных, зеленых с бурыми краями листочков (этого нет у Омана британского (*Inula britannica L.*), с которым часто путают арнику). Цветет арника в июле—августе. В Украине и Беларуси распространена в основном в западных областях, на лесных полянах, вырубках, у дорог, среди кустарников. В медицине применяются цветочные корзинки под названием *Flores Arnicae,* которые собирают в начале цветения.

Цветки арники содержат желтый пигмент арницин, следы эфирного масла, холин, инулин, органические кислоты, витамин С и др.

Арника горная может быть введена в культуру как лекарственное и декоративное растение.

Применение. В медицине применяется в виде настойки, настоя или отвара: наружно при ушибах, кровоподтеках, карбункулах и абсцессах как способствующее рассасыванию средство; в акушерской и гинекологической практике, как желчегонное. Препараты корня арники возбуждают сердечную деятельность, расширяют сосуды сердца, но в больших дозах токсичны. При желудочных и кишечных спазмах, при нервном перевозбуждении, при язве желудка применяется в составе травяных сборов. При сильных ушибах, переломах, фурункулах используют примочки из спиртовой настойки арники.

Близкий Арнике горной вид — Арника Шамиссо (*Arnica Chamissonis Less.*) — применяется при тех же заболеваниях.

АРОНИЯ ЧЕРНОПЛОДНАЯ

❖ *Aronia melanocarpa* (*Michx.*) *Elliot.*

Аронія чорноплідна, чорноплідна горобина (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Арония — кустарник высотой 1—2 м. Листья очередные, черешковые, эллиптические или обратнояйцевидные, с пильчатыми краями; сверху — темно-зеленые, снизу — светлее. Цветки правильные (актиноморфные), пятилепестковые, розовые или белые, собранные в щиткоподобное соцветие. Цветет арония в мае—июне, плоды созревают в августе—сентябре. Плод, подобно плодам рябины

и боярышника, — яблоко, сочный, черного цвета, с сизым налетом. Растение интродуцировано в Европе в последние 150 лет (родина его — Северная Америка). Быстро растущая популярность черноплодной рябины (так в народе часто называют аронию) привела к тому, что в наши дни растение встречается в садах и парках, в том числе и в Украине. Культивируют аронию как плодовое, лекарственное и декоративное растение.

Для лечебных целей используют спелые плоды аронии. Их используют в свежем и сушеном виде, они являются фармакопейным продуктом и продаются в специализированных аптеках. В состав плодов аронии входят фенольные соединения (5—6 %) — флавоноиды и фенольные кислоты; около 2,5 % пектиновых веществ, сахара (до 9,5 %), фенолкарбоновые кислоты, витамины — фолиевая кислота, рибофлавин, токоферин, витамин С, микроэлементы, в том числе йод (5—6 мг%), другие соединения.

Применение. Арония обладает противовоспалительными, гипотензивными (снижает кровяное давление), спазмолитическими

и кровоостанавливающими свойствами, оказывает мочегонное и желчегонное действие. Чрезвычайно полезна арония людям, страдающим гипертонической болезнью. Йод и фенолкарбоновые кислоты, содержащиеся в плодах, используют при комплексной терапии больных тиреотоксикозом (заболевание щитовидной железы). Рекомендуется употреблять аронию при атеросклерозе, сахарном диабете, недостаточной свертываемости крови. Свежий сок используют наружно для лечения ожогов.

Противопоказано употребление плодов и сока черноплодной рябины людям, страдающим гиперацидным гастритом, повышенной свертываемостью крови, язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки.

АРТИШОК ПОСЕВНОЙ

❖ *Cynara scolymus L.*

Артишок справжній (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее или двулетнее крупное травянистое растение высотой до 2 м. Листья — перисторассеченные с лопастными или зубчатыми сегментами, снизу опушенные, иногда колючие, окрашенные в серовато-зеленый или зеленый цвет. Цветки собраны в одиночные крупные (до 12 см) корзинки на верхушках стеблей, округлой или конической формы, их окраска меняется от зеленой до темно-фиолетовой. Плоды — крупные семянки серого с темными полосками цвета, иногда крапчатые, с твердой оболочкой. Цветение — с июня по сентябрь. В целом напоминает чертополох и расторопшу. С древнейших времен культивируется в Европе как деликатесное овощное растение. Родиной артишока является Средиземноморье, в диком виде он не встречается. В пищу используется мясистое, утолщенное цветоложе нераскрывшихся корзинок. В Южной Европе в культуре известен также испанский артишок, или кардон (*Cynara carunculys*), который, вероятно, является предком артишока посевного. У кардона съедобны толстые

черешки и главные жилки листьев, возделывается он в однолетней культуре.

Цветоложе артишока содержит азотистые вещества, сахара, горечи, декстрин, цинаропикрин, цинарин, дубильные вещества, клетчатку, инулин, каротин, витамины C, B_1, B_2, B_3, B_5, B_6, растительные жиры, минеральные соли калия и железа, марганец, фосфор, флавоноиды и каффеоиливиновые кислоты.

Применение. Артишок — мощный гепатопротектор; комплекс биологически активных веществ, содержащийся в нем, нормализует работу печени, желчного пузыря, восстанавливает процессы желчеобразования и желчеотделения. Артишок оказывает холеритический и холекинетический эффект, способствует выведению из организма шлаков, токсинов, солей тяжелых металлов и радионуклидов.

Артишок применяют для нормализации пищеварения, профилактики атеросклероза и сердечно-сосудистых заболеваний (для очищения организма от холестерина), а также для снятия тошноты и рвотных позывов, при похмельном синдроме, для усиления потенции.

Побочные эффекты при употреблении артишока не выявлены, однако не рекомендуется употреблять его при пониженной кислотности желудочного сока.

АСТРАГАЛ ШЕРСТИСТОЦВЕТКОВЫЙ

❖ *Astragalus dasyanthus Pall.*

Солодке зілля, котячий горох, солодка трава (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение высотой до 35 см, густо опушенное. Стебель короткий, вертикальный или приподнимающийся, густооблиственный. Листья непарноперистые, очередные. Соцветие — плотная головчатая кисть; цветки желтоватые, неправильные (зигоморфные). Цветение — в июне—июле. Плод — яйцевидно-трехгранный или овальный боб. Созревание плодов — в июле—августе. Растет астрагал шерстистоцветковый на склонах речных долин, балок, на умеренно сухих черноземах, особенно много его в приднепровской части Украины, где он порой образует обширные заросли. На территории России встречается массово в приволжских областях, Восточном Предкавказье.

С лечебной целью используются надземная часть растения и камедь. В траве содержатся глицеризиновые соединения, экстрактивные безазотистые, флавоновые вещества, аскорбиновая кислота, протеины, жиры, сапонины, органические кислоты, микроэлементы.

Применение. Настой травы астрагала применяют в медицинской практике при хронической сердечной недостаточности, тахикардии, стенокардии, гипертонической болезни, при отеках, сосудистых заболеваниях, болезнях почек, венозном полнокровии внутренних органов, нефритах. Преимуществом астрагала перед наперстянкой является отсутствие у него кумулятивных свойств (кумулятивность — способность лекарственных препаратов накапливаться в организме, что приводит к негативным последствиям).

В народной медицине астрагал — одно из наиболее употребляемых лекарственных растений. Применяют его (преимущественно в виде отваров) как мочегонное, рвотное, потогонное, вяжущее и кровоостанавливающее средство.

АЮГА ПОЛЗУЧАЯ, ЖИВУЧКА

❖ *Ajuga reptans L.*

Дубниця (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение с прямым или восходящим, опушенным, четырехгранным стеблем (как и у всех представителей этого семейства). Побеги высотой 10—35 см, ползучие, укореняющиеся. Листья обратнояйцевидные, овальные; нижние — длинночерешковые, крупные, с расставленными зубцами, стеблевые — выемчато-зубчатые, супротивные, сидячие, верхние (прицветковые) — цельнокрайние, в основании синеватые. Цветки голубые или синие, иногда розовые и белые, одногубые. Собраны по 6—8 штук в мутовки, образующие на верхушках стеблей соцветие — колос. Плоды — волосистые морщинистые орешки на дне чашечки цветка (по 4 штуки). Цветение — в мае—июне. Аюга распространена в европейской части России и в Украине на полях, лугах, лесных опушках и полянах, в кустарниках и увлажненных болотистых местах. В лечебных целях используются трава и листья, заготавливаемые в период цветения. Химический состав аюги ползучей изучен недостаточно. Известно, что в ней содержатся алкалоиды, дубильные вещества, аскорбиновая кислота.

Живучка ползучая известна и как декоративное растение, в результате направленной селекции получены многочисленные сортовые формы.

Применение. В народной медицине препараты аюги издавна используются при лечении малярии, ревматизма, диареи, туберкулеза легких, язвы желудка, при простудных заболеваниях и в гинекологии. Живучка оказывает антисептическое, противовоспали-

тельное, мочегонное, потогонное, ранозаживляющее, вяжущее действие, способствует улучшению обмена веществ в организме. Горький настой травы применяют при язвенной болезни желудка, двенадцатиперстной кишки, гастритах, желчекаменной болезни.

Наружно водный настой используют для обмываний и примочек при ожогах, язвах и ранах, в виде полосканий — при изъязвлениях и воспалительных процессах полости рта, гингивитах, ангинах. Используют его и для мытья волос с целью улучшения их роста.

БАГУЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

❖ *Ledum palustre L.*

Багно болотяне, багнюк, блошичник (*укр.*)

Семейство Вересковые — Ericaceae

Вечнозеленый кустарник высотой до 1,5 м с сильным запахом. Листья очередные, на коротких черешках, кожистые, линейные, сверху блестящие, темно-зеленые, снизу ржаво-бурые, войлочно опушенные, края их завернуты к нижней стороне. Цветки белые, душистые, правильные, на длинных опушенных цветоножках, собраны в зонтиковидные щитки на верхушках побегов. Лепестков пять, яйцевидной формы, очень быстро опадают после цветения. Плоды — пятигнездные поникающие коробочки, раскрывающиеся снизу вверх. Цветки, как и все растение, издают сильный дурманящий аромат. Цветение в мае—июне. В Украине багульник распространен в Западном и Правобережном Полесье, в Волынской, Ровенской, Житомирской, Киевской областях, в России это одно из очень распространенных растений. Растет на торфяных болотах, во влажных сосняках, реже в смешанных лесах, ивняках, кустарниках.

С лекарственной целью применяются облиственные однолетние побеги с цветками длиной до 10 см, заготавливаемые в период от цветения до созревания плодов, реже — только листья. В лекарственном сырье имеется эфирное масло, причем содержание его варьирует в широких пределах как в различных частях растения, так и в зависимости от места произрастания багульника. В состав

эфирного масла входят спирты азуленового ряда: ледол (сильнейший яд, поражающий нервную систему), палюстрол, лирицен и др. В листьях содержатся гликозиды арбутин и андромедотоксин, дубильные вещества.

Применение. В медицинской практике настой веточек багульника применяется как отхаркивающее средство при бронхитах, используется он также при энтероколитах. Наружно применяется масляный отвар при лечении кожных заболеваний. В народной медицине водный отвар цветков, реже веточек, рекомендуют при кашле, коклюше, бронхите, простуде, бронхиальной астме, при желудочных заболеваниях. При ревматизме пораженные места натирают настойкой цветков на водке.

В быту листья багульника используют как инсектицидное средство: дымом, полученным от их сжигания, окуривают помещения от мух и других насекомых; веточками или листьями перекладывают одежду для предохранения от моли.

Растение ядовито.

БАДАН ТОЛСТОЛИСТНЫЙ

❖ *Bergenia crassifolia* (*L.*) *Fritsch*

Бадан товстолистий (*укр.*)

Семейство Камнеломковые — Saxifragaceae

Многолетнее травянистое растение с ползучим длинным (до нескольких метров) сильноветвистым корневищем. Снизу корневище имеет многочисленные придаточные корни; сверху оно темно-коричневое, с рубчиками — следами черешков отмерших листьев, на изломе — светло-розовое, быстро темнеет на воздухе. Укороченный надземный стебель имеет на верхушке розетку цельных, кожистых, черешковых зимующих листьев широкоэллиптической или округлой формы длиной до 20 см, шириной до 17 см, длиннее черешков. Во время цветения стебель вытягивается в цветочную стрелку высотой до 70 см. На конце стрелки образуется щитковидное соцветие из 20—40 пятичленных правильных сиренево-розовых цветков. Плод — сухая коробочка с двумя лопастями, содержащая много-

численные темно-бурые или черные семена. Цветение — в июне—июле, созревание семян — в августе. Родина и естественный ареал бадана — Южная Сибирь, Алтай, Саяны, Тува, Прибайкалье. В Украине бадан в диком виде не встречается, выращивается преимущественно на приусадебных участках, а его нетребовательность к условиям освещения позволяет размещать растение в неудобных, затененных местах.

С лечебной целью используются корневища бадана. Они содержат 12—37 % полифенолов, 2—12 % дубильных веществ, эллаговую и галловую кислоты (до 3,5 %), арбутин, изокумарины (бергенин), глюкозу, сахарозу, крахмал, декстрин, щавелевокислый кальций, эфирное масло. Основными терапевтическими свойствами обладают дубильные вещества и арбутин. Надземные органы растения также могут быть использованы в медицине.

Применение. В стоматологической практике препараты бадана применяют при воспалительных процессах в полости рта. Жидкий экстракт из корневищ бадана используют при маточных кровотечениях, обильных менструациях, при эрозиях матки, кольпитах. При лечении дизентерии галеновые препараты бадана назначают в комплексе с антибиотиками, сульфаниламидами. В народной медицине порошком сухих корневищ присыпают раны и язвы, отвар корневищ используют при лечении желудочно-кишечных заболеваний. Прекрасным тонизирующим, восстанавливающим силы средством является чай из перезимовавших, почерневших листьев бадана, обладающий отличным ароматом и вкусом.

БАДЬЯН, ЗВЕЗДЧАТЫЙ АНИС

❖ *Illicium verum Hook. f.*

Бадьян (*укр.*)

Семейство Лимонниковые — Schisandraceae

Родина бадьяна — Восточная и Юго-Восточная Азия, Индокитай, Вьетнам. В СНГ его выращивают в Абхазии. Это небольшое деревцо или кустарник со светло-зелеными голыми однолетними веточками. Листья собраны на концах побегов, они неопушенные, черешковые,

цельнокрайние. Цветки двуполые, одиночные, желтые или пурпурные на цветоножках, расположены в пазухах листьев. Плод сборный, состоит из нескольких односемянных сухих листовок, расположенных звездообразно на коническом цветоложе. Семена твердые, гладкие, блестящие. Используют главным образом семена бадьяна, особенно популярны они в Китае (наряду с корицей).

В плодах бадьяна содержится значительное (5—10 %) количество богатого анетолом эфирного масла. Именно анетолу бадьян обязан спазмолитическими свойствами и способностью вызывать отхождение газов. По химическому составу бадьян близок к анису, имеет сходный запах и вкус, однако полного соответствия нет. Из семян бадьяна выделяют эфирное масло, а также терпены, присутствие других веществ (смолы, танины, сахара) обуславливает лекарственные свойства растения.

Применение. Бадьян оказывает спазмолитическое, ветрогонное действие, улучшает деятельность кишечника и желудка. Эфирное масло бадьяна способно значительно усиливать перистальтику кишечника. Медицинской практикой установлено, что связанное с анетолом действие бадьяна на организм различно: в малых дозах растение стимулирует пищеварение и снимает спазмы желудка, а в больших — возбуждает центральную нервную систему. В офи-

циальной медицине бадьян применяют для улучшения вкуса лекарств, он является составной частью грудных чаев. В народной медицине используется при болях в животе, лихорадке, малярии, эпилепсии, а также как эффективное глистогонное средство. Широко применяется в кондитерском производстве и кулинарии.

БАЗИЛИК КАМФОРНЫЙ, ИЛИ МЯТОЛИСТНЫЙ

❖ *Ocinum basilicum L.*

Васильки справжні (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Однолетнее растение высотой до 70 см, со стержневым, сильно разветвленным корнем. Стебель прямостоячий, ветвистый, четырехгранный. Листья супротивные, короткочерешковые, эллиптические или яйцевидные, неясно зубчатые, от зеленого до фиолетового цвета. Цветки расположены в пазухах верхних листьев, они двугубые, трубчатые, белые или розовые, собраны в мутовки по 6—10 штук. Вся надземная часть растения покрыта волосками, содержащими эфирное масло. Плод состоит из четырех орешков, заключенных в остающуюся после цветения чашечку. Орешки голые, черные, неясно трехгранные, длиной до 1,5 мм. Цветение — в июне—сентябре, созревание плодов — в сентябре—октябре. Растение введено в культуру как пряновкусовое, имеются садовые формы, выращивается преимущественно в южных регионах России и Украины. В лечебных целях используют надземную часть (траву) в фазе начала созревания семян.

Содержание эфирного масла в базилике зависит от многих факторов и колеблется от 3,5 до 5 %. Основные компоненты эфирного масла — камфора, дипентин, терпинолен, кримен, лимонен, сабинен, камфен, эвгенол, бензойный альдегид и сесквитерпеновые спирты.

Применение. Препараты базилика оказывают противосудорожное, антисептическое, спазмолитическое, противовоспалительное

и болеутоляющее действие; усиливают секрецию пищеварительных желез и способствуют увеличению количества молока при лактации. Камфора возбуждает центральную нервную систему, усиливает сердечную деятельность.

Препараты базилика принимают внутрь при эпилепсии, судорогах, мигренях, хроническом гастрите с секреторной недостаточностью; наружно применяют при экземе, дерматитах, угрях; для полосканий — при ангине, гингивитах, стоматитах. Местно базилик оказывает раздражающее действие и используется в виде мазей и растирок при миозитах, невралгиях, ревматизме. Широко применяется в кулинарии как пряновкусовое растение.

БАКЛАЖАН ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Solanum melongena L.*

Баклажан звичайний (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Многолетнее травянистое растение, в Украине выращивается как однолетник. Корневая система мощная, хорошо развитая, отдельные корни достигают глубины 1 м, но в целом баклажан нерационально использует почвенную влагу и нуждается в орошении. Стебель прямостоячий, прочный, опушенный, с редкими шипами, в нижней части древеснеющий, в верхней части ветвистый, в благоприятных условиях достигающий высоты 1 м и более. Листья крупные, овальные или удлиненно-яйцевидные, очередные, окраска варьирует от темно-зеленой до фиолетовой (редко). Цветки крупные, актиноморфные, пятираздельные, обычно фиолетовые, одиночные или собранные в соцветия-кисти до 5 штук в пазухах листьев. Плод — сочная крупная многосемянная ягода овальной, округлой, грушевидной или иной формы, массой от 50 г до 2 кг, светло- или темно-фиолетовая.

В настоящее время созданы сорта и формы растения с белоокрашенными плодами, не имеющими горечи. Семена множественные, мелкие, серовато-желтые. В Украине баклажан является одной из

самых популярных овощных культур, возделывается во всех агроклиматических зонах, наибольшие площади занимает в южных областях на орошаемых землях.

С лечебной целью используются плоды баклажана. В них содержится обширный комплекс минеральных соединений калия (до 240 мг%), фосфора, магния, железа, меди, а также витамин С, никотиновая кислота, тиамин, рибофлавин, каротин, большое количество клетчатки. Плоды баклажана улучшают перистальтику кишечника, обладают бактериальными и противовоспалительными свойствами, снижают уровень холестерина, нормализуют работу сердечно-сосудистой системы.

Применение. Баклажан полезен для профилактики и лечения атеросклероза, при заболеваниях сердца и сосудов, печени и почек, желудочно-кишечного тракта. Высокое содержание солей железа способствует процессу кроветворения, блюда из баклажана полезны при анемии, а также в детском питании и рационе беременных женщин.

Не рекомендуется использовать плоды баклажана, имеющие зеленую или зеленоватую окраску, в связи с наличием в них соланина (ядовитого гликозида).

БАРАНЕЦ ОБЫКНОВЕННЫЙ, ПЛАУН-БАРАНЕЦ

❖ *Huperzia selago* (*L.*) *Bernh.ex Schranh et Mart.* (*Licopodium selago L.*)

Плаун-баранець, баранець звичайний (*укр.*)

Семейство Плауновые — Licopodiaceae

Многолетнее травянистое растение со слабоветвистыми небольшими корнями. Стебель один или несколько, восходящий, реже прямостоячий, высотой до 25—30 см, простой или вильчато-ветвистый, по всей длине густо покрыт листьями. Листья линейно-ланцетные, длиной 5—7 мм, расположены спирально, отклонены или косо направлены кверху. В отличие от других видов плаунов, у баранца отсутствуют спороносные «колоски», споры созревают

в спорангиях желтого цвета, около 1 мм в диаметре, размещенных в пазухах листьев на верхушках стеблей и веточек. Споры почти гладкие, спороношение — в июле—августе. На верхушках стеблей развиваются покрытые листочками почки, которые легко опадают и укореняются. Встречается баранец в Полесье и Карпатах в тенистых лесах и на каменистых плоскогорьях. Растение редкое, занесено в Красную книгу Украины.

Лекарственным сырьем является трава, собираемая в июле-августе. В траве плауна-баранца содержатся алкалоиды — селягин и другие (0,4—0,6 %), а также около сорока микроэлементов.

Применение. Плаун-баранец используется в виде настоя в стационарных медицинских учреждениях для лечения алкоголизма. В народной медицине водный отвар веточек баранца применяют для лечения запоев.

Растение сильно ядовито, поэтому применение его допустимо только под наблюдением врача.

БАРБАРИС ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Berberis vulgaris L.*

Барбарис звичайний (*укр.*)

Семейство Барбарисовые — Berberidaceae

Кустарник высотой до 3 м, сильно ветвистый, дающий обильную корневую поросль. На молодых веточках кора желтоватая, со второго года — серая. Ветви укрыты трехраздельными колючками длиной до 2 см. В пазухах колючек расположены листья на коротких (редуцированных) побегах. Листья обратнояйцевидные, тонкие, пильчато-зубчатые, суженные к черешку, кислые на вкус. Цветки собраны в поникающую кисть. Лепестков, чашелистиков и тычинок по шесть, лепестки желтого цвета, продолговатые. Плод — продолговатая цилиндрическая ягода красного цвета, содержащая 2—3 семени, кислая на вкус. Цветение — в мае—июне, созревание плодов — в сентябре—октябре. Распространен почти на всей территории Украины, в России — на Кавказе и в Предкавказье, растет в изреженных лесах, на опушках и полянах, на каменистых склонах и пригорках. Значительно реже встречается в степной зоне.

С лечебной целью используют листья, плоды, кору, реже — корни барбариса. Листья и кору заготавливают весной после цветения, кору — в сентябре—октябре. Все части растения содержат алкалоиды — берберин, оксиакантин, бербамин, леонтин. В коре и корнях содержатся также пальмитин, колумбамин, берберубин, тетрандин. В плодах высокое содержание органических кислот (яблочная, лимонная, винно-каменная), сахаров, холинов, пектинов, пигментов и минеральных солей. В побегах имеются витамины С, Е, эфирное масло, сапонины.

Применение. Растение оказывает седативное, противовоспалительное, желчегонное и мочегонное действие. Применяется в медицинской практике как кровоостанавливающее средство при маточных кровотечениях. Барбарис несколько снижает кровяное давление, ускоряет свертываемость крови. Алкалоид берберин,

выделенный из барбариса, используют при хронических холециститах как мочегонное средство. Применяют препараты барбариса также при лечении папилломатоза мочевого пузыря, анацидных гастритов, желчекаменной болезни. Ягоды и сок барбариса проявляют лечебный эффект при язвенной болезни желудка, диарее, геморрое, неврастении.

Настойка барбариса противопоказана при климактерических кровотечениях, связанных с дисфункцией яичников.

БАРВИНОК МАЛЫЙ

❖ *Vinca minor L.*

Барвінок малий, могильник, хрещатий барвінок (*укр.*)

Семейство Кутровые — Apocynaceae

Травянистое вечнозеленое многолетнее растение с лежачими, ветвистыми, укореняющимися стеблями, образующими сплошной ковер на поверхности почвы. Стебли двух типов — плодоносящие вертикальные и бесплодные длиной до 60 см, листья короткочерешковые, эллиптические, супротивные, голые, блестящие, цельнокрайние, сверху — глянцевые темно-зеленые, снизу — более светлые. Цветки — на прямостоячих или восходящих побегах высотой до 20 см, синие, одиночные, пятичленные; чашечка с ланцетными долями, венчик цветка воронковидный, в зеве со складками, диаметром до 2,5 см. Плод — многосемянная цилиндрическая, заостренная, сборная двулистовка. Цветение — в мае—июне. В Украине растет повсеместно как культурное (декоративное) или дикорастущее растение в парках и усадьбах, в лесах, среди кустарников, в подлеске, преимущественно в тенистых и полутенистых увлажненных местах.

Лечебные свойства барвинка известны со времен Гиппократа. Лекарственным сырьем служит надземная часть растения (трава), заготавливаемая в период начала цветения (в мае). В сырье содержатся алкалоиды винин, виназид, изовиналин, пубесцин, минорин, гликозид рутин, которые снижают артериальное давление при

гипертонической болезни, стабилизируют ритм сердечных сокращений при тахикардии, активизируют свертываемость крови. Кроме того, растение содержит дубильные вещества, урсоловую и аскорбиновую кислоты, каротин и др. В целом алкалоиды барвинка по строению и терапевтическому воздействию близки к алкалоидам раувольфии змеиной.

Применение. Из травы барвинка малого производят препараты «Винкапан» и «Девинкан», назначаемые при гипертонической болезни. В народной медицине траву барвинка издавна используют при диарее, дизентерии, туберкулезе легких, кровотечениях, половой слабости и эмфиземе легких. Отвар травы принимают внутрь и применяют для полосканий при зубной боли, неприятном запахе изо рта. Крепкий отвар используют для примочек, а толченой свежей травой, прикладывая ее к ранам, останавливают кровотечения.

В южных степных регионах Украины встречается сходный по виду и терапевтическому действию Барвинок травянистый — *Vinca gerbacea W.et K.*, который отличается неукореняющимися стеблями, тонкими, пушистыми сверху, опадающими на зиму листьями и ресничатыми по краю чашелистиками.

Растение ядовито.

БАРХАТЦЫ ОТКЛОНЕННЫЕ

❖ *Tagetes patula L.*

Чорнобривці (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Род Тагетес (Бархатцы) включает в себя около 30 видов растений, родиной которых является Центральная Америка. В Украине, кроме бархатцев отклоненных, широко культивируются также бархатцы прямостоячие (*Tagetes erecta L.*) и бархатцы тонколистные (*T. menufolia Gav.*).

Все эти виды растений схожи по свойствам, их листья и цветы обладают сильным специфическим ароматом.

Бархатцы — однолетние травянистые растения высотой 30—100 см. Стебли и ветви несколько утолщены ниже места прикрепления цветочных корзинок. Листья супротивные, перисторассеченные, доли их острогородчатые, шириной 5—7 мм. Цветки темно-оранжевого или буро-красного цвета, язычковые и трубчатые, собраны в корзинки на верхушках стеблей. Цветение — в июле—сентябре. Плод — семянка.

Химический состав тагетеса изучен недостаточно. В листьях и цветочных корзинках содержится эфирное масло, в состав которого входят тагетон (40 %), линалоол (22 %), линилилацетат, лимонен, оцимен и др.

Применение. С лечебной целью используют цветочные корзинки, заготавливаемые в период цветения. Они обладают кровоочистительным, желчегонным, мочегонным и глистогонным действием, повышают аппетит. Применяют в виде отваров и настоев. Отвары часто применяют наружно при воспалительных процессах кожи, ротовой полости. Для внутреннего применения используют настой цветочных корзинок, чаще — в сборах с другими растениями. Эфирное масло используется в косметической промышленности.

БЕДРЕНЕЦ КАМНЕЛОМКОВЫЙ

❖ *Pimpinella saxifraga L.*

Дягильник, дачильник (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение с многоглавым веретеновидным корневищем бурого цвета толщиной около 1,5 см. Стебель — высотой до 75 см, прямостоячий, тонкоребристый, разветвленный, внутри полый, снаружи голый или тонко опушенный. Листья непарноперистые, нижние листочки округло-яйцевидные, тупые, зубчатые; верхушечный листочек — трехлопастный. Цветки белые, реже — розоватые, собранные в соцветия — сложные зонтики с 6—15 лучами первого порядка. Цветение — в июне—октябре.

Плоды — голые, короткояйцевидные семянки. В Украине и России бедренец встречается повсеместно в светлых лесах, на опушках, полянах, холмах, сухих лугах, по обочинам дорог.

По внешнему виду растение похоже на бедренец большой (*Pimpinella major* (*L.*) *Huds.*), который отличается от данного вида пустотелым стеблем и бóльшими размерами всех частей.

Применение. В лекарственных целях используются корневища с корнями бедренца камнеломкового. В них содержатся эфирное масло, смолы, дубильные вещества, сапонины, фурокумарины пимпинеллин, изопимпинеллин, бергаптен, изобергаптен, что обуславливает применение препаратов бедренца в качестве отхаркивающего, вяжущего, потогонного средства при простудных заболеваниях, катарах верхних дыхательных путей, бронхите. Бедренец камнеломковый включен в официальные фармакопеи Швейцарии и Германии, где применяется при лечении ангины, бронхита, ларингита, при подагре. В народной медицине отвары и настои бедренца применяют как седативное (успокаивающее) средство.

БЕЗВРЕМЕННИК ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ

❖ *Colchicum speciosum Stev.*

Пізньоцвіт чудовий (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

В Средние века это растение называли *Filius Ante Partum*, что означает «сын раньше отца», ведь плоды и семена у безвременника появляются раньше цветов.

Травянистое растение. Продолговатые клубнелуковицы размером до 3—5 см покрыты снаружи темно-коричневыми чешуйками, которые вытянуты в шейку, достигающую поверхности почвы. Корни мочковатые. Листья ланцетовидные или эллиптические, длиной до 25—30 см, темно-зеленые, шириной до 3—5 см, блестящие. Цветки крупные, обоеполые, почти белые с розовым оттенком,

без запаха. Плод — трехгнездная ромбическая коробочка. Цветет поздним летом и осенью (до середины октября). В период цветения листья не развиты, они скрыты в земле вместе с нижней частью цветков. На поверхности почвы листья и плоды появляются только весной следующего года, сразу же после таяния снега.

В диком виде встречается только в горных районах Северного Кавказа. В украинских Карпатах встречается близкий вид — безвременник осенний (*Colchicum autumnale*). Оба ботанических вида чрезвычайно редки и занесены в Красную книгу. Как высокодекоративные растения, введены в культуру и довольно часто встречаются в частных коллекциях и садах, в дендропарках.

Применение. Клубнелуковицы безвременника содержат гетероциклические алкалоиды колхицин и колхамин, обладающие уникальной способностью замедлять и даже прекращать деление клеточных ядер. Колхицин ввиду его чрезвычайной ядовитости почти не используется в медицинской практике, однако широко применяется в генетических экспериментах. Огромные достижения генетики в последние сто лет во многом обязаны именно этому алкалоиду. Колхамин же находит применение в лечении различных заболеваний, в том числе онкологических.

Безвременник — чрезвычайно ядовитое растение, его применение возможно только под наблюдением врача.

БЕЛЕНА ЧЕРНАЯ

❖ *Hyoscyamus niger L.*

Блекота чорна, блекiт, зубовик, мюльник, собачий мак (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Двулетнее растение со стержневым слабоветвистым корнем. Стебли одиночные, высотой до 120 см, на ощупь клейкие от железистых серо-зеленых волосков. Листья очередные, удлиненно-яйцевидные, с большими зубцами, на ощупь мягкие, сверху темно-зеленые, снизу более светлые. Цветки немногочисленные, крупные, собранные в густые облиственные завитки, венчик цветка грязно-белый или

желтоватый, с сетью пурпурно-фиолетовых жилок. Плод — кувшинообразная многосемянная коробочка, открывающаяся полушаровидной крышечкой. Семена мелкие, многочисленные, напоминающие семена мака. Цветение — в июне—июле. В Украине и России белена черная распространена повсеместно на пустырях, свалках, у дорог, вблизи строений и т. д.

С лечебной целью используют листья. Все органы белены содержат алкалоиды группы атропина: апогиосцин, тропин, 1-скополамин (гиосцин), апоатропин, гликозиды (гиосципикрин, гиосцерин, метилэскулин), в семенах содержится до 34 % жирного масла, в состав которого входят олеиновая, линоленовая и другие кислоты; листья богаты рутином.

Применение. Масло белены применяют как болеутоляющее средство при ревматических и невралгических болях. Листья входят в состав комплексных противоастматических препаратов (астматин, астматол).

Белена черная — очень ядовитое растение, поэтому все ее препараты применяют только по назначению врача.

БЕЛЛАДОННА ЛЕКАРСТВЕННАЯ, КРАСАВКА

❖ *Atropa belladonna L.*

Беладонна лікарська (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище мощное, головчатое, с крупным стержневым, вертикально уходящим в почву корнем. Стебель прямостоячий, ветвистый, опушенный, зеленый, иногда с фиолетовым оттенком, высотой до 1,5—2 м. Листья очередные, цельнокрайние, темно-зеленые, разные по величине, длиной до 20 см, шириной до 10 см, яйцевидные или эллиптические. Цветки расположены в пазухах листьев, одиночные, реже — парные, сидящие на коротких цветоножках. Венчик цилиндрический, колокольчатый, буро-фиолетовый, более бледный к основанию, пятираздельный, длиной до 3 см. Плод — фиолетово-черная, блестящая, двухгнездная многосемянная ягода. Цветение — с мая и до заморозков. Лекарственным сырьем являются листья и трава белладонны. В Украине растение распространено преимущественно в Карпатах, встречается также в Крыму, находится на грани исчезновения, в связи с чем выращивается в специализированных хозяйствах.

Белладонна содержит во всех своих частях тропановые алкалоиды — атропин, гиосциамин, скополамин, литил-пирролин, пиридин. Кроме того, отмечено содержание слизей, крахмала, гликозидов, жиров, сахаров, органических кислот и др.

Название «белладонна» — «прекрасная дама» — уходит корнями в далекое прошлое, когда женщины, используя свойство атропина расширять зрачки, закапывали сок этого растения в глаза, чтобы выглядеть более привлекательно.

Применение. Из сырья белладонны получают болеутоляющие и противовоспалительные средства, рекомендуемые при желудочно-кишечных заболеваниях, язве двенадцатиперстной кишки, холецистите, желчнокаменной болезни, кишечных коликах, спазмах кишечника, а также при других заболеваниях, сопровождаемых спазмами гладкой мускулатуры внутренних органов. Атропин широко используется в диагностике и лечении глазных заболеваний.

Экстракт белладонны применяется в виде мазей при суставных болезнях, судорогах, невралгии, ревматизме и т. д.; входит в состав геморроидальных обезболивающих свечей «Анузол».

Все части беладонны, как и содержащие ее препараты, ядовиты и применяются только по назначению врача.

БЕЛОЗОР БОЛОТНЫЙ

❖ *Parnassia palustris L.*

Горлянка, царські очі (*укр.*)

Семейство Белозоровые — Parnassiaceae

Многолетнее травянистое растение высотой 10—60 см, с коротким корневищем и мочковидными корнями. Имеет несколько цвето-

носных стеблей, они голые, простые, с одним листом в средней части. Прикорневые листья розеточные, овальные, с сердцевидным основанием. Цветки одиночные, расположены на концах стеблей, крупные (до 15—30 мм), правильной формы, с пятью лепестками. Плод — многосемянная одногнездная коробочка. Цветение — в июле—августе. Распространен во всех регионах Украины, кроме Причерноморья, в европейской части России, преимущественно в хорошо увлажненных местах. В лечебных целях используется трава белозора, в которой содержатся алкалоиды, флавоноиды, дубильные вещества и др.

Применение. Используется ограниченно как средство, оказывающее вяжущее, мочегонное, кровоостанавливающее и ранозаживляющее действие. В народной медицине применяется при лечении желудочно-кишечных заболеваний, головных болей, гипертонии, простудных заболеваний. Препараты белозора в виде примочек прикладывают к ранам и воспаленным глазам. Фармакологические исследования показали, что настой травы белозора болотного оказывает действие на сердце, увеличивая минутный объем и повышая амплитуду сокращений, а также тонизирует кишечник. В официальной медицине отвар травы белозора болотного применяют при неврологических сердечных нарушениях, кровотечениях, гастритах и энтеритах как успокаивающее и вяжущее средство.

Растение ядовито, при применении внутрь необходимо соблюдать осторожность.

БЕЛОКОПЫТНИК ГИБРИДНЫЙ, ИЛИ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ (ПОДБЕЛ ГИБРИДНЫЙ)

❖ *Petasites hybridus* (*L.*) *Gaerth.*

Кремена гібридна, кремена лікарська (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Толстые, до 3 см в диаметре, корневища достигают в длину 1,5 м и расположены горизонтально

в верхнем слое почвы. От утолщенных узлов корневищ отходят тонкие корни. Цветочные стрелки высотой до 60 см, красноватые, шерстисто опушенные, усеяны чешуевидными стеблеобъемлющими листочками с небольшими листовыми пластинками в нижней части стрелки. Цветочные стрелки появляются в апреле, до отрастания настоящих листьев. Настоящие зеленые листья — розеточные, развиваются после цветения, крупные, до 50—70 см в диаметре, округлые, с сердцевидным основанием; снизу серовато-зеленые, мягковолосистые, на длинных, до 15 см, черешках. Цветки грязно-пурпурной окраски, собраны в корзинки, которые образуют кисти на верхушках цветоносных стеблей (стрелок). Цветение — в апреле — начале мая. Плоды — семянки с хохолком. Растение чаще всего встречается в украинских Карпатах, реже — в Полесье, Лесостепи, Крыму, а также в европейской части Российской Федерации и на Кавказе. Растет по берегам водоемов, возле родников.

Лекарственным сырьем служат листья, заготавливаемые в первом периоде их развития, до поражения патогенными грибами.

Химический состав белокопытника изучен недостаточно. В листьях содержатся алкалоиды, аскорбиновая кислота.

Применение. Белокопытник используют при лечении папилломатоза мочевого пузыря и анацидных гастритов. Имеются сведения, что препараты корневищ оказывают спазмолитическое действие. В народной медицине отвар листьев применяют при сухом кашле как отхаркивающее средство, а свежие измельченные корни и листья — наружно при лечении ран и нарывов.

БЕРЕЗА ПОВИСЛАЯ, ИЛИ БОРОДАВЧАТАЯ

❖ *Betula pendula Roth.*

Береза бородавчаста, береза біла (*укр.*)

Семейство Березовые — Betulaceae

Листопадное дерево высотой до 25 м, со свисающими ветвями и гладкой белой корой. У основания стволов старых деревьев кора черная, с глубокими трещинами. Молодые побеги голые, густо покрыты бородавчатыми железками. Листья треугольно-ромбические, по краю двоякозубчатые, гладкие, до 8 см длиной. Цветет в апреле, мужские сережки — на концах ветвей, по 2—3, длиной до 6 см, женские — на укороченных боковых веточках. Плод — удлиненно-эллиптический крылатый орешек, созревание — в августе—сентябре. В России береза — одна из наиболее распространенных древесных пород, в Украине встречается повсеместно в лесных районах и на севере Лесостепи. Кроме березы повислой встречаются и другие виды — Береза белая (*Betula alba L.*), Береза днепровская (*Betula boristhenica Klok.*), Береза низкая (*B. humilis Schrank*), которые по химическому составу и лечебному действию сходны с описываемым видом.

В медицине употребляются листья, листовые почки берез, березовый деготь и активированный уголь. В почках и листьях березы содержатся флавоноиды, эфирное масло, в состав которого входят бетулен, бетулол, бетуленовая кислота. Имеются также смолы, витамин С, сапонины.

Применение. В официальной медицине березовые почки и листья применяют как мочегонное и желчегонное средство. Березовый деготь, содержащий фенольные соединения, используют в составе паст и мазей как ранозаживляющее средство и для лечения кожных заболеваний. Активированный уголь — адсорбирующее средство при отравлениях, метеоризме.

Препараты березы — распространенное народное средство при лечении многих болезней. В основном применяется спиртовая (водочная) настойка почек и молодых листьев — при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастритах, цистите, болезнях сердца; наружно настойку используют при лечении кожных заболеваний, в том числе онкологических; свежие листья используют для компрессов при радикулите, артритах, ревматизме.

БЕРЕЗОВЫЙ ГРИБ, ЧАГА

❖ *Inonotus obliquus* (*Fr.*) *Pit.f sterilis*

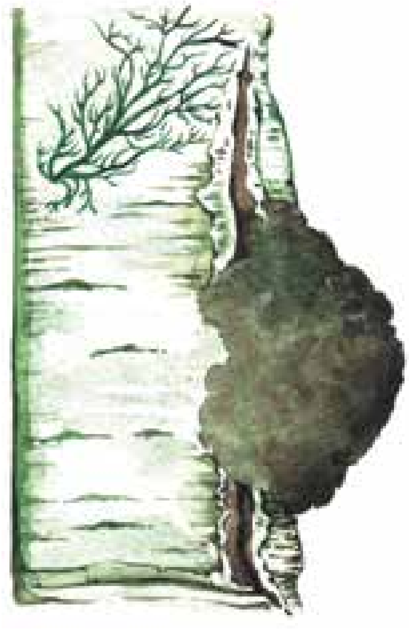
Березовий гриб (*укр.*)

Семейство Трутовые — Polyporaceae

Гриб-паразит, поселяется на стволах живых деревьев — на березе, реже на ольхе, буке, рябине. Вызывает белую гниль древесины. Имеет вид наростов неправильной формы, массой до 2 кг. Поверхность наростов черная, неровная, с многочисленными трещинами. Внутри наростов ткани темно-коричневого цвета, очень твердые, у основания — светлее и мягче, с мелкими желтыми прожилками.

Применение. Изучение лечебных свойств чаги и клинические исследования подтвердили наличие в этом трутовике веществ с противоопухолевым и регенерирующим действием. Препараты чаги успешно применяются для лечения язвы желудка, гастритов, злокачественных образований. Основным лечебным веществом является полипореновая кислота. Из чаги изготавливают лекарственные препараты «Бефунгин» и «Экстракт чаги густой».

В народной медицине чага применяется для лечения органов пищеварения (желудка, печени) и злокачественных новообразований. Березовый гриб собирают на протяжении года только с живых



деревьев, высушивают на воздухе, измельчают, заливают водой и выдерживают в натопленной печи.

БЕРЕСКЛЕТ БОРОДАВЧАТЫЙ

❖ *Eunomus verrucosa Scop.*

Бересклет, бериклет, бруслина (*укр.*)

Семейство Бересклетовые — Celastraceae

Кустарник высотой до 2—2,5 м. Ветви округлые, без граней, в молодом возрасте зеленого, затем серо-зеленого цвета, густо усажены черно-бурыми бородавками. Листья супротивные, заостренные к верхушке и округлые у основания, по краю мелкопильчатые, сверху ярко-зеленого цвета, снизу светлее. Цветки четырехлепестные, до 1 см в диаметре, на длинных пазушных цветоносах, чашечка зеленовато-желтая, лепестки красно-бурые. Плод — поникающая

темно-красная четырехлопастная грушевидная коробочка, раскрывающаяся при созревании семян; семена блестящие, черные, наполовину покрыты ярко-красным присемянником. В Украине и России встречается повсеместно в подлеске смешанных и лиственных лесов, на опушках, в перелесках. Близким видом является бересклет европейский — *Eunomus eurjpaea L.*

Кора бересклета бородавчатого содержит углеводы и близкие к ним соединения (сахароза — до 4,5 %, пектины — до 5,5 %), органические кислоты (щавелевую, яблочную, лимонную, фумариновую), гутту — до 9 %, гуттаперчу — до 30 %, стероиды, витамин С, дубильные вещества, антрагликозиды, олеиновую, линолевую, линоленовую кислоты и др. В коре и древесине содержится гликозид эвонимин, обладающий сердечным действием, подобным действию наперстянки.

Применение. Спиртовая настойка древесины бересклета после клинических исследований рекомендована для лечения гипертонической болезни 1-й и 2-й стадий. Порошок сухих плодов — антигельминтное и противопаразитарное средство, применяют его также при дерматомикозах. В народной медицине водный отвар цветущих веточек применяют внутрь при нервных расстройствах и головных болях.

Растение ядовито.

БЕССМЕРТНИК ПЕСЧАНЫЙ, ЦМИН ПЕСЧАНЫЙ

❖ *Helichrysum avenarium* (*L.*) *Moench.*

Безсмертник польовий, цмин пісковий (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение с коротким деревянистым корневищем и стержневым разветвленным корнем. Стебель (или несколько стеблей) прямостоячий или восходящий, высотой 20—40 см. Листья очередные, цельнокрайние; нижние — продолговато-обратнояйцевидные, при основании суженные в черешок, верхние — сидячие, линейно-ланцетные. Все растение покрыто шерстисто-войлочным опушением серого цвета. Соцветие — корзинка лимонно-желтого цвета, иногда оранжевого, расположенная на верхушке стебля. Цветение — в июне—августе. Плод — семянка. Встречается почти на всей территории Украины, в южных районах европейской части России на бедных сухих почвах, на песчаных склонах балок, холмов, речных долин, в молодых светлых сосновых лесах. Введен в культуру как декоративный сухоцвет.

Лекарственным сырьем служат цветочные корзинки, которые содержат флавоноиды, флавоновые гликозиды, стероидные соединения, красящие вещества, жирные кислоты, спирт инозит, эфирное масло, витамины С и К.

Применение. Бессмертник песчаный широко применяется как желчегонное средство, а также используются его глистогонные и кровоостанавливающие свойства. Хорошие результаты дает применение цмина при циррозе печени с коликами, при желчекаменной болезни, холецистите, гепатите. Цмин устраняет тошноту, рвоту, боли в области печени, уменьшает желчную окраску склер и кожи, уменьшает размеры печени, эффективен при ангиохолите. Препараты цмина повышают кислотность желудочного сока, усиливают секреторную деятельность поджелудочной железы. При болезнях мочеполовых органов цмин используют как мочегонное средство, не раздражающее почки. Входит в состав многих желчегонных сборов.

БОГОРОДСКАЯ ТРАВА, ТИМЬЯН ПОЛЗУЧИЙ

❖ *Thymus serpyllum L.*

Чабрець плазкий, чебрець (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетний душистый полукустарничек с безлистным одревесневающим ползучим стеблем, от которого отходят приподнимающиеся ветви до 15 см высотой, неясно четырехгранные, опушенные полуприжатыми волосками. Листья супротивные, короткочерешковые, эллиптические или продолговато-эллиптические, голые, жилки на их нижней стороне барельефно выдающиеся. Цветки мелкие, розово-фиолетовые, собранные в головчатые соцветия.

Плод состоит из четырех шаровидных черно-бурых орешков. Все части растения имеют сильный приятный аромат. Цветение — в июне—августе. Тимьян образует сплошные куртины — коврики. В Украине распространен повсеместно, в России — в южных регионах европейской части. Растет на сухих, хорошо освещенных склонах, холмах, между кустарниками, на бедных, песчаных, иногда каменистых почвах.

С лекарственной целью используется трава чабреца (*Herba serpylli*), заготавливаемая во время цветения. В траве содержатся эфирное масло, дубильные вещества, флавоноиды, урсоловая и олеиновая кислоты, горечи и другие соединения. В состав эфирного масла входят фенолы (до 60 %), тимол, цимол, терпены.

Применение. В официальной медицине отвар и экстракт травы чабреца применяют внутрь как отхаркивающее средство при бронхитах, болеутоляющее — при радикулитах и невралгиях; наружно используют для компрессов и ароматических ванн. Экстракт травы чабреца входит в состав препарата «Пертуссин».

В народной медицине водный отвар травы используют при простудных заболеваниях, бронхитах, кашле, при болях в желудке, пониженной кислотности, нервных заболеваниях, ревматизме, бессоннице, маточных кровотечениях, при болезнях почек — как мочегонное. Издревле чабрец используется в ароматерапии и в составе травяных чаев.

БОДЯК ПОЛЕВОЙ

❖ *Cirsium arvense* (*L.*) *Scop.*

Дурман звичайний, будяк (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение с длинным мощным вертикальным корнем и многочисленными горизонтальными корневыми отпрысками. Стебель — высотой до 1,2 м, прямостоячий, паутинисто-опушенный, редко голый. Листья очередные, зеленые, жесткие, продолговатые или удлиненно-ланцетные, по краю густо усажен-

ные колючками, снизу часто беловато-опушенные, сидячие. Цветки сиренево-лиловые, изредка белые, в многочисленных корзинках, собранных на верхушках стеблей в щитковидно-метельчатые соцветия. Плоды — продолговатые зеленовато-желтые или коричневые семянки с неясно выраженными продольными бороздками. Цветение — с июня до осени. Распространен на всей территории России и Украины как злостный корнеотпрысковый сорняк, встречается на полях, огородах, выгонах, пустырях, у дорог и т. д. В южных регионах Украины и в Крыму распространен бодяк седой — *Cirsium incanum*, по свойствам сходный с бодяком полевым.

В траве и соцветиях бодяка содержатся гликозид, отщепляющий синильную кислоту, гликозид талиацин, смолы, инулин, эфирное масло, в плодах — до 27 % жирного полувысыхающего масла.

Применение. Отвар соцветий бодяка полевого принимают внутрь при онкологических заболеваниях, отвар травы — при желудочных коликах.

Растение ядовито, при внутреннем применении необходимо соблюдать осторожность.

БОЛИГОЛОВ ПЯТНИСТЫЙ

❖ *Conium maculatum L.*

Болиголов плямистий, свистульник, блекотина (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Двулетнее травянистое растение высотой 0,5—2 м. Стебель прямостоячий, разветвленный, голый, внизу обычно сизый, покрытый красно-бурыми пятнами (отсюда видовое название). Все части растения и в свежем, и в высушенном состоянии имеют неприятный мышиный запах. Листья болиголова дважды или трижды перисторассеченные, с перистонадрезанными частями. Цветки желтые, в зонтиках, собранных в щиткоподобные соцветия на верхушках стеблей и побегов. Цветение — в июне—июле. Плод, как и у всех

зонтичных, — двусемянка. Распространено растение в центральных и северных регионах Украины, в европейской части Российской Федерации, растет на свалках, лугах и лесных полянах, вдоль дорог. В лечебных целях используют траву болиголова (заготавливают в начале цветения) и недозрелые семена с зонтиками. В этих частях растения содержатся алкалоиды (конгидрин, псевдоконгидрин, конин), кофейная кислота, эфирные масла.

Применение. В ряде стран болиголов используется в официальной фармакопее как эффективное обезболивающее средство, при лечении рака пищевода, предстательной и молочной желез. Препараты болиголова обладают хорошим стимулирующим действием органов кроветворения, применяют их также при варикозном расширении вен. Спиртовую настойку болиголова используют при разных видах боли, возникающей при заболеваниях органов пищеварения. В народной медицине болиголов считается лучшим средством при неудержимом сухом кашле, нарушениях менструального цикла, невралгии, гипертонии. При ревматизме, подагре, варикозном расширении вен болиголов применяют наружно: завернутые в ткань и ошпаренные кипятком листья прикладывают к больным местам в виде компрессов.

Растение очень ядовито. При бесконтрольном самолечении возможны тяжелые отравления.

БОРЩЕВИК ЕВРОПЕЙСКИЙ

❖ *Heracleum sphondilinum L.*

Борщівник європейський, борщівка, дягель, солодка трава (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Двулетнее или многолетнее травянистое растение. Корень толстый, мясистый, снаружи желтый, на изломе белый, многоглавый. Стебли прямые, полые внутри, ребристые, опушенные, слаборазветвленные, высотой 0,5—1,5 м. Листья трижды перисторассеченные, с округло-яйцевидными лопастями или перистораздельными

неравнозубчатыми сегментами, нижние — длинночерешковые, верхние — почти сидячие, с утолщенными влагалищами. Цветки белые или красноватые, собранные в сложные зонтики. Плод — двусемянка с широкими крыльями. Цветение — в июне—августе. В России, Украине и Беларуси встречается в северных и западных регионах, в Карпатах, на заливных лугах, по берегам рек и ручьев, в хвойных и лиственных изреженных лесах.

С лечебной целью используют корни, листья и семена борщевика. Химический состав изучен недостаточно, в целом он аналогичен химическому составу борщевика сибирского. Растение обладает вяжущим, антисептическим, обезболивающим и противовоспалительным действием.

Применение. В народной медицине настой травы и отвар корней применяют для улучшения пищеварения, при поносах (особенно кровавых), дизентерии, при эпилепсии и других нервных заболеваниях, при судорогах мышц. Наружно спиртовую настойку

корней применяют при зубной боли, в виде примочек при чесотке, при суставных болях ревматического происхождения. Стебли и листья, по вкусу напоминающие огурцы, используют для приготовления салатов, щей, борщей и т. д.

БОЯРЫШНИК КОЛЮЧИЙ

❖ *Crataegus oxyacantha L.*

Глід колючий, глод, гложина, лог (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Кустарник или невысокое кустовидное деревце с серой гладкой корой. Молодые побеги опушенные, буро-красные, старые — серовато-бурые, с шипами. Листья на коротких опушенных черешках, сверху темно-зеленые, гладкие, снизу более светлые, опушенные по жилкам, продолговатые, городчато-зубчатые, надрезанные на три тупые лопасти. Цветки правильные, белые, с пятью округлыми лепестками, с запахом горького миндаля, с шерстистой чашечкой; собраны в многоцветковые щитки. Плоды — шаровидные яблочки, сочные, темно-красные, с двумя-тремя семенами. Цветение — в мае—июне, созревание плодов — в сентябре—октябре. В Украине и России распространен повсеместно, растет в лесах, на лесных опушках и полянах, на склонах балок и вдоль дорог, в лесополосах. Часто выращивается в населенных пунктах, так как хорошо переносит загрязненный воздух.

С лечебной целью используются цветки и плоды боярышника колючего, химический состав которого изучен наиболее полно. В его плодах содержатся урсоловая, олеановая, кофейная и хлорогеновая кислоты, сапонины и флавоноиды, гиперозид, холин, сорбит, дубильные вещества, жирное масло. В листьях найдены кофейная и пакантоловая кислоты; в цветках — те же кислоты и кверцетин, в семенах — амигдалин и жирное масло. В коре содержится гликозид эскулин.

Применение. В медицинской практике препараты боярышника колючего назначают при функциональных расстройствах сердечной деятельности, при гипертонии в начальных стадиях, стенокар-

дии, ангионеврозах, при тахикардии и аритмии, атеросклерозе и климактерическом неврозе.

В малых дозах препараты боярышника колючего усиливают работу сердца, в больших — оказывают спазмолитическое и успокаивающее действие; имеются сведения о противоаллергическом действии.

Боярышник колючий входит в состав комплексного препарата «Кардиовален», фармацевтическая промышленность выпускает настойку и жидкий экстракт боярышника колючего.

В народной медицине отвар плодов боярышника колючего принимают внутрь при заболеваниях сердца, отвар цветков — также при головной боли, гипертонической болезни.

БОЯРЫШНИК КРОВАВО-КРАСНЫЙ

❖ *Crataegus sanguine Pallas*

Глід криваво-червоний, глід, глод, гльод (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Кустарник или небольшое деревце с крепкими пурпурно-коричневыми, глянцево-блестящими побегами, несущими прямые толстые шипы до 5 см длиной. Листья обратнояйцевидные, длинночерешковые, с клиновидным сужением к черешку, длиной 2—10 см, шириной 2—8 см, трех-семилопастные или крупнозубчатые, сверху темно-зеленые, снизу светлее. Цветки мелкие, до 15 мм в диаметре, белые, с пурпурными пыльниками, собраны в щитковидные соцветия. Плоды (яблочки) — продолговатые, кроваво-красные, иногда оранжевые, с тремя-четырьмя семенами, мякоть мучнистая. Боярышник кроваво-красный отличается от других видов боярышника красно-коричневой корой на молодых ветках и сильно сплюснутыми с боков семенами. Является объектом экспорта. Широко распространен на всей территории Украины.

Химический состав аналогичен составу боярышника колючего.

Применение. В официальной и народной медицине используется так же, как боярышник колючий.

БРУСНИКА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Vaccinium vitis-idaea L.*

Брусниця, бруслина, кам'янка (*укр.*)

Семейство Брусничные — Vacciniaceae

Вечнозеленый ягодный кустарничек, высотой 5—30 см, с ползучим корневищем, горизонтально расположенным в почве на глубине 5—10 см. Стебли короткие, прямостоячие, слабоветвистые. Листья эллиптические или обратнояйцевидные, длиной до 2—3 см, шириной до 2 см, короткочерешковые, жесткие, сверху глянцевые, темнозеленые, снизу светлые и тусклые. Цветки мелкие, с белым или розоватым венчиком, собраны в верхушечные кисти; плод — яркокрасная сочная многосемянная ягода до 8 мм в диаметре. Цветение — в мае—июне, созревание плодов — в сентябре. В Украине распространена в северных и западных областях, на Полесье, в Карпатах в хвойных и смешанных лесах, среди кустарников, часто образует обширные заросли в смеси с черникой, голубикой, толокнянкой. В России образует обширные массивы в лесной, таежной зонах, в лесотундре.

В лечебных целях используют листья и облиственные побеги. В них содержатся арбутин (до 9 %), гидрохинон, галловая, эллаговая, хинная, винная и урсоловая кислоты, флавоноид гиперозид и дубильные вещества.

Наличие витамина С, а также лимонной, яблочной и, особенно, бензойной кислот придает ягодам брусники антисептические свойства, позволяющие хорошо сохранять их как в свежем, так и в переработанном виде.

Применение. Препараты из листьев брусники используют как вяжущее, мочегонное, желчегонное и антисептическое средство при заболеваниях почек и мочевого пузыря (пиелиты, циститы, мочекаменная болезнь), гастроэнтеритах, гнилостных поносах, хронических запорах и метеоризме. Листья брусники используют также при остеохондрозе, подагре, инфекционных и ревматоидных артритах. Ягоды брусники — хорошее противоцинготное средство, применяемое при авитаминозах (нехватке витаминов С и А).

БУДРА ПЛЮЩЕВИДНАЯ, ИЛИ ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Glechoma hederaceae L.*

Розхідник звичайний, блющик, собача м'ята (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) — ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение с четырехгранным, стелющимся, укореняющимся стеблем. Цветоносные побеги приподнимающиеся, высотой до 30—40 см. Листья супротивные, почкоокруглые или сердцевидные, черешковые, с зубчатыми краями, зеленые, слегка опушенные, с довольно сильным неприятным запахом. Цветки мелкие, фиолетово-синие или лиловые, зигоморфные (неправильные), расположены по два-три в пазухах листьев. Цветение —

в июне—июле. Плод — четырехраздельный орешек. Обычное растение на всей территории России и Украины, встречается в садах, лесах, на опушках и полянах, возле дорог, на берегах водоемов, приречных лугах и т. д. Иногда выращивается как декоративное ампельное растение.

С лечебной целью используют траву, которую заготавливают во время цветения. В ней содержатся эфирное масло (до 0,06 %), альдегиды, дубильные и горькие вещества, холин, смолы, органические кислоты (уксусная, винная, кофейная), витамин С, а также каротин (провитамин А) и свободные аминокислоты — метионин, цистеин, серин.

Применение. В официальной медицине препараты будры плющевидной не используются, но в народной применяются широко как желчегонное, мочегонное, отхаркивающее, противовоспалительное и обезболивающее средство. Настой травы назначают при болезнях органов дыхания — ларингитах, бронхитах, плевритах, воспалении легких, бронхиальной астме, при заболеваниях печени и желчного пузыря. Употребляют будру также в виде настоя и отвара при отсутствии аппетита, при кишечных коликах, гастритах, энтероколитах, заболеваниях селезенки и почек. Наружно припарки из травы используют при фурункулезе, кожных высыпаниях и подагре, компрессы из будры способствуют регенерации костной ткани при переломах.

БУЗИНА ТРАВЯНИСТАЯ

❖ *Sambucus ebulus L.*

Бузина низька, зеленник (*укр.*)

Семейство Жимолостные — Caprifoliaceae

Многолетнее растение, кустарник высотой до 1,5 м, с прямыми ветвистыми бороздчатыми стеблями. Листья непарноперистые, с пятью-девятью продолговато-ланцетными пильчатыми заостренными листочками. Соцветия — плоские щитковидные прямостоячие метелки с тремя главными веточками. Цветки мелкие, белые, по краю розоватые. Плоды — блестящие ягоды, окрашенные в черно-

фиолетовый цвет. Цветение — в июне—июле, созревание плодов — в августе—сентябре. От широко известной бузины черной отличается меньшими размерами, красной окраской пыльников (у бузины черной они желтые), а также острым неприятным запахом. В Украине встречается преимущественно на Правобережье.

Применение. В народной медицине как лечебное средство используется корень бузины травянистой. Препараты из корня при внутреннем употреблении — сильное мочегонное средство, рекомендуемое при воспалении почек, нефритах, при различных заболеваниях мочевого пузыря, а также при диабете, часто в сочетании с другими травами, оказывающими подобное действие.

Все части растения ядовиты, поэтому требуется строгая дозировка препаратов.

БУЗИНА ЧЕРНАЯ

❖ *Sambucus nigra L.*

Бузина чорна (*укр.*)

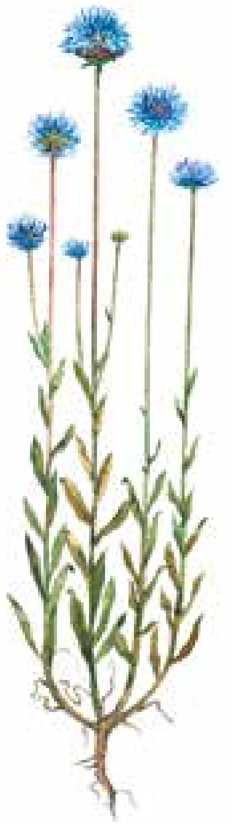
Семейство Жимолостные — Caprifoliaceae

Кустарник или небольшое кустовидное деревце, разрастающееся вширь, с глубоко бороздчатой серо-коричневатой корой. Молодые ветви светло-серые, слаборебристые, заполненные внутри очень мягкой и рыхлой белой сердцевиной. Листья — длиной до 25 см, супротивные, непарноперистые, с тремя-девятью эллиптическими, продолговатояйцевидными, редко обратнояйцевидными, неравнопильчатыми по краю листочками. Черешки листьев короткие, с верхней стороны лист темно-зеленый, матовый, с нижней — серозеленый. Цветки мелкие, до 9 мм, белые или кремовые, правильные, собраны в многоцветковые щитковидные соцветия до 15—20 см в диаметре. Плоды — ягоды 5—7 мм в диаметре, шаровидные, блестящие, черно-фиолетовые, с красным соком и тремя семенами. Семена коричневые, яйцевидные. Цветение — в мае—июне, созревание плодов — в августе—сентябре. Бузина черная — самое обычное растение на всей территории Украины и в европейской части России. Встречается как подлесок в лиственных лесах, на берегах

водоемов, среди кустарников, в садах и парках, на кладбищах, возле жилищ.

В народной медицине бузина находит самое широкое применение, причем используются все части растения. В соцветиях бузины содержатся слизистые вещества, органические кислоты, парафины, твердое эфирное масло, терпены, гликозид, обладающий потогонным действием, рутин. В плодах имеются сахара (глюкоза и фруктоза), яблочная и другие органические кислоты, дубильные вещества.

Применение. Цветки бузины применяют как жаропонижающее, потогонное, успокаивающее, противовоспалительное, отхаркивающее средство. Настой цветков бузины назначают при ларингитах, бронхитах, простудных катарах, гриппе, заболеваниях почек, мочевого пузыря, при невралгиях, подагре, ревматизме, заболеваниях суставов. Цветки бузины входят в состав многих фитосборов — потогонных, мягчительных, слабительных. Ягоды, листья и кору применяют как мягкодействующее слабительное средство.



БУКАШНИК ГОРНЫЙ

❖ *Jasione montana L.*

Обморочник (*укр.*)

Семейство Колокольчиковые — Campanullaceae

Двулетнее, реже многолетнее травянистое растение. Корень простой, веретенообразный. Стебель прямостоячий, простой или разветвленный, высотой 20—80 см. Листья очередные, нижние — удлиненно-клиновидные с выемками, в средней части стебля — линейно-продолговатые, тупые, верхняя часть стебля безлистная. Цветки мелкие, фиолетово-голубые, собраны в плотную верхушечную головку. Плод — плотная

голая яйцевидная коробочка. Цветение — с июля по сентябрь. После образования плодов растение погибает. В Украине встречается в лесных и лесостепных районах в светлых сосновых лесах, на лугах, склонах холмов, чаще на песчаных почвах.

Лекарственным сырьем служит надземная часть растения (трава), заготавливаемая в период цветения. Она содержит флавоноиды (лютеонин, цинарозид), инулин, сапонины, алкалоиды, кумарины, дубильные вещества.

Применение. Букашник горный обладает гемостатическим действием. Отвар травы принимают внутрь при головной боли, обмороках, предрасположенности к обморокам, бессоннице, коликах, болях в желудке, как мочегонное, при женских болезнях; в отваре купают дистрофических детей.

БУКВИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Betonica officinalis L.*

Буквиця лікарська, чистець лікарський (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение высотой до 80 см. Стебель прямостоячий, от основания приподнимающийся, в нижней части покрыт длинными, отогнутыми вниз короткими волосками. Листья крупные, удлиненно-яйцевидные, с сердцевидным основанием и тупой верхушкой, по краю реснитчатые. Нижние листья розеточные, на длинных черешках, верхние — почти сидячие, все листья густо опушены с обеих сторон. Цветки пурпурно-розовые, зигоморфные (неправильные), собраны в плотные колосовидные соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в мае—июле. В Украине и России встречается повсеместно в смешанных лесах, на полянах и опушках, в перелесках и среди кустарников.

В народной медицине используют траву буквицы. В ней содержатся алкалоиды бетоницин и турицин, смолистые вещества, слизи, дубильные вещества, горькие соединения, следы эфирного масла, холин, органические кислоты и минеральные соли.

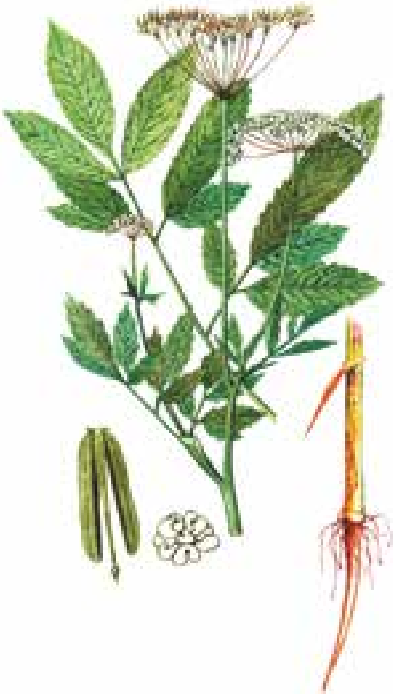
Применение. Препараты буквицы оказывают противовоспалительное, мочегонное, гипотензивное и седативное действие. Выявлено вяжущее и противовоспалительное действие буквицы на слизистые оболочки желудка и кишечника, буквица подавляет бактериальную флору и нейтрализует токсины бактериального происхождения. Настой буквицы регулирует артериальное давление, усиливает кровообращение, оказывает мочегонное, обезболивающее, желчегонное и послабляющее действие, рекомендуется при хроническом гломерулонефрите и пиелонефрите. В народной медицине настой травы применяют при туберкулезе легких, сопровождаемом обильным выделением мокроты, при стойком кашле, астме, диарее, гепатите, гипертонии, нервных заболеваниях, подагре и полиартрите. Примочки и промывания ран настоем травы буквицы способствуют быстрейшему их заживлению.

БУТЕНЬ АРОМАТНЫЙ

❖ *Chaerophyllum aromaticum L.*

Яглиця звичайна (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (Зонтичные) — Apiaceae (Umbelliferae)



Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, мощное, горизонтально расположенное или приподнимающееся. Стебель прямостоячий, крепкий, ветвистый, высотой до 2 м, несколько вздутый в узлах, в нижней части покрыт жесткими белесыми волосками, как и черешки листьев. Листья серо-зеленые, сверху покрыты редкими прижатыми

волосками, снизу по жилкам — с короткими щетинками, дважды или трижды перистосложные. Нижние листья на длинных черешках, верхние — сидячие. Цветки мелкие, белые, собраны в сложные зонтики с 15—20 лучами первого порядка. Плоды — продолговатые цилиндрические светло-бурые семянки длиной 8—13 мм. Цветение — в июле.

В целом растение похоже на сныть обыкновенную (*Aegopodium podagraria*), которая отличается отсутствием волосков на нижней части стебля и более короткими (до 3 мм) плодами.

В корнях бутеня ароматного содержится 25—32 % безазотистых экстрактивных веществ (в том числе крахмал — до 20 %, сахара — до 2 %), эфирное масло, алкалоиды, сапонины.

Применение. В народной медицине настойку корня на водке применяют при желудочных заболеваниях.

Растение ядовито.

ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Valeriana officinalis L.*

Валеріана лікарська, одолян, маун, ароматник, чортове ребро, кошаче зілля (*укр.*)

Семейство Валериановые — Valerianaceae

Под названием «валериана лекарственная» объединяют целый ряд ботанических видов, имеющих сходное лекарственное значение — Валериана высокая, Валериана блестящая, Валериана русская, Валериана Гроссгейма, Валериана донская и др. Все они — многолетние травянистые растения. Корневище короткое (до 3—4 см) и толстое (до 4 см), цилиндрической формы, бурого цвета, вертикально расположено в почве. От корневища отходят многочисленные толстые корни. Стебли голые, прямостоячие, внутри полые, у основания шероховатые, высотой до 1—1,5 м. Листья супротивные, непарноперистые, нижние — на длинных черешках, верхние — короткочерешковые или сидячие. Цветки мелкие, воронковидные, зигоморфные (неправильные), сростнолепестные, ароматные, собраны в полузонтики на верхушках стеблей. Окраска цветков — от белой до бледно-розовой и лиловой. Плод — ребристая семянка

с хохолком (остаток околоцветника). Цветение — в мае—июне. В Украине и европейской части Российской Федерации встречается повсеместно, преимущественно в достаточно увлажненных местах, на заливных лугах, лесных полянах, между кустарниками и т. д. Культивируется в специализированных хозяйствах.

Лекарственным сырьем служат корневища с корнями, содержащие эфирное масло (до 2 %). В его химический состав входят изовалериановая кислота, борнеол, пинен, камфен, терпинеол, лимонен, сесквитерпеновый спирт, кесиловый спирт, сложные эфиры органических кислот и др.

Применение. В официальной и народной медицине препараты валерианы применяют как успокаивающие нервную систему и как спазмолитическое средство. Используется для приготовления настоев, настоек, экстрактов, брикетов, таблеток. Входит в состав успокоительных желудочных сборов, назначается при неврозах, истерии, бессоннице, нарушениях сердечной деятельности, при нервном истощении и т. д.

ВАСИЛЕК ЛУГОВОЙ

❖ *Centaurea jacea L.*

Волошка лучна (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, высотой 30—100 см, ребристый, шероховатый, в верхней половине обычно разветвленный. Нижние листья обычно черешковые, верхние — сидячие, очередные, от яйцевидно-ланцетных до ланцетных, заостренные, в основании суженные. Цветки лилово-розовые, иногда белые, собраны в корзинки, расположенные на концах стеблей и ветвей; краевые цветки воронковидные, более крупные, срединные — трубчатые. Плоды — продолговато-яйцевидные с продольными полосками семянки серого цвета, слегка опушенные короткими волосками. Цветение — с мая—июня по сентябрь. Растение встречается на всей территории Украины и России, обычно растет

на лугах, в зарослях кустарников, по межам и окраинам полей, в посевах — редко.

Лекарственным сырьем служит трава, в которой содержатся дубильные вещества и центаурин (ксантогликозид).

Применение. Василек луговой оказывает мочегонное, желчегонное, противовоспалительное и анестезирующее действие. Водный настой принимают внутрь при водянке, желтухе, задержке менструаций, настой корней — как вяжущее средство при поносах. В народной медицине отвар соцветий василька лугового принимают внутрь при болезнях сердца, головных болях, желудочных болях; используют наружно для ванн при ревматизме, при диатезе у детей, экземах; распаренную траву применяют как компрессы при растяжениях мышц и сухожилий.

ВАСИЛЕК СИНИЙ

❖ *Centaurea cyanus L.*

Волошка синя, васильки, синьок, синюшник, блават (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Однолетнее, реже двулетнее травянистое растение. Корень тонкий, стержневой, разветвленный. Стебель прямостоячий, высотой до 40—80 см, от середины разветвленный, паутинисто-опушенный. Листья серо-зеленые, очередные, опушенные, линейно-ланцетные, сидячие. Прикорневые листья черешковые, перистораздельные. Цветки собраны в корзинки до 10 мм в диаметре. Краевые цветки корзинок — с синими воронковидными глубоконадрезанными венчиками длиной до 2 см, срединные — с фиолетовыми трубчатыми пятизубчатыми венчиками длиной до 1 см. Плоды — опушенные семянки с грязно-пурпурным легко отламывающимся хохолком. Цветение — в июне—июле. Встречается василек синий на всей территории Украины, кроме Карпат, в Беларуси, европейской части Российской Федерации. Растет как сорняк среди полевых культур, многолетних трав, по краям полей, около лесополос, по обочинам дорог, на залежных землях.

С лечебной целью используют краевые цветки корзинок, в которых содержатся антоцианы, цианидины, гликозиды (центаурин, цинарин и др.).

Применение. В официальной медицине цветки василька синего применяют как легкое мочегонное средство. В народной медицине василек используют более широко — как желчегонное, потогонное средство; при воспалении почек, циститах и простудных заболеваниях.

ВАСИЛИСТНИК МАЛЫЙ

❖ *Thalictrum minus L.*

Рутниця мала, рутка, дика петрушка, невстаха (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий или восходящий, высотой до 50—100 см. Листья широкотреугольные, трижды перисторассеченные, нижние — на длинных черешках, верхние — сидячие и более мелкие; листочки обратнояйцевидные, к основанию клиновидно суженные, крупнозубчатые, кожистые, с рельефно выдающимися жилками с нижней стороны. Соцветие — широкопирамидальная метелка с поникающими цветками. Цветки зеленовато-бурые, пятилепестные, рано опадающие. Плод — ребристая семянка, по ребрам крылатая, длиной до 7 мм, голая. В Украине растение встречается почти повсеместно (кроме Карпат), в России — в европейской части, растет на лесных опушках и полянах, в изреженных лесах, среди кустарников, в старых садах и т. д.

С лечебной целью используют траву, в которой содержатся алкалоиды (тальмин, тальмидин, берберин, таликрин), цианистый гликозид, флавоноиды, сапонины и дубильные вещества. В листьях содержится витамин С, а в корнях — стероиды и алкалоиды (таликмин, таликмидин, берберин и др.).

Применение. В официальной медицине настойка василистника рекомендована как сердечно-сосудистое средство при гипертонической болезни. Все виды василистников накапливают литий — элемент, играющий важную роль в регулировании нервной системы.

Настой, настойка и отвар надземной части растения обладают антибактериальным, противоопухолевым, мочегонным, слабительным и ранозаживляющим действием. В народной медицине настои и отвары травы василистника применяют при желтухе, желудочно-кишечных заболеваниях, эпилепсии, головных болях, нарушениях обмена веществ, при слабом зрении.

Растение ядовито.

ВАХТА ТРЕХЛИСТНАЯ

❖ *Menyanthes trifoliate L.*

Бобівник трилистий, водяний трилисник, трифоль, жаб'ячі огірочки (*укр.*)

Семейство Вахтовые — Menyanthaceae

Многолетнее травянистое растение с толстым, ползучим, длинным, узловатым корневищем с губчатой сердцевиной. С нижней стороны

корневище несет придаточные корни, а с верхней — три-пять листьев и цветочную стрелку. Листья длинночерешковые, сложные, тройчатые, очередные. Черешки к основанию расширены в стеблеобъемлющее влагалище; листочки почти сидячие, продолговато-обратнояйцевидные, голые, цельнокрайние, синевато-зеленые. Цветочная стрелка безлистная, длиной до 40 см. Цветки, собранные в густую кисть, — актиноморфные, с бледно-розовым пятираздельным венчиком. Плоды — округлояйцевидные многосемянные коробочки, открывающиеся створками. Цветение — в мае—июне, созревание плодов — в июле—августе. В Украине встречается в основном в лесных и лесостепных районах и очень редко — в Степи, в России и Беларуси — почти повсеместно. Растет на болотах, заболоченных лугах, по берегам рек и озер, является типичным прибрежным растением.

С лечебной целью используют листья вахты, в которых содержатся горькие гликозиды, мениантин, мелиатин, алкалоид генцианин, флавоноиды рутин и гиперозид, дубильные вещества, йод.

Применение. Как в официальной, так и в народной медицине вахту применяют прежде всего для улучшения аппетита и активизации пищеварительных процессов. Горечи, содержащиеся в листьях, вызывают раздражение рецепторов, усиливают секрецию желудочного сока, перистальтику желудка и кишечника, способствуют желчеотделению, оказывают противовоспалительное и слабительное действие.

ВЕРБЕЙНИК МОНЕТЧАТЫЙ, ЛУГОВОЙ ЧАЙ

❖ *Lysimachia nummularia L.*

Вербозілля лучне, луговий чай (*укр.*)

Семейство Первоцветные — Primulaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебель ползучий, узловатый, в узлах укореняющийся, длиной до 60 см, ветвистый, голый. Листья на коротких черешках, супротивные, овально-округлые, цельнокрайние, у основания слегка сердцевидные. Цветки двуполые, пра-

вильные, одиночные, размещены в пазухах листьев в средней части побегов, желтоокрашенные с бурыми железистыми точками. Плод — коробочка, открывающаяся створками. Цветение — в июне—июле. В Украине и России встречается повсеместно на хорошо увлажненных участках — возле водоемов, на лугах, среди кустарников, в смешанных и лиственных лесах. Часто выращивается в культуре как декоративное почвопокровное растение.

В лекарственных целях используется надземная часть растения (трава). В ней содержатся дубильные вещества, лактоны, смолы, флавоноиды, сапонины, аскорбиновая кислота, аргинин.

Применение. В народной медицине вербейник монетчатый широко применяют как антисептическое, желчегонное, кровоостанавливающее, противосудорожное и тонизирующее средство. Настой травы используют при лечении поносов, при гастритах, различных кровотечениях, как противоцинготное средство. Наружное применение настоя травы вербейника (в виде примочек и обмываний) ускоряет заживление ран. Гемостатическое действие вербейника подтверждено фармакологическими исследованиями.

ВЕРБЕНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Verbena officinalis L.*

Вербена лікарська, суха нехворощ, залізняк (*укр.*)

Семейство Вербеновые — Verbanaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, высотой до 1 м, в верхней части ветвистый, четырехгранный, по граням шероховатый. Листья супротивные, в средней части стебля — трехраздельные, с неравнозубчатыми долями; верхние — продолговатые, цельнокрайние. Цветки бледно-лиловые, изредка пурпурные, собраны в многоцветковый редкий колос. Листья на вкус терпкие, не имеют запаха. Цветение — в июле—августе.

В Украине встречается повсеместно, растет при дорогах, на сухих лугах, в перелесках, у заброшенных строений.

С лечебной целью используют листья. Химический состав изучен недостаточно, известно, что в листьях вербены содержатся вербеналин и вербенин, алкалоиды, слизи, горькие вещества.

Применение. Препараты вербены, используемые только в народной медицине, известны как тонизирующее, противоаллергическое и желчегонное средство. Отвар листьев применяют при болезнях печени и селезенки, для улучшения обмена веществ, при расстройстве пищеварения, а также при атеросклерозе и тромбозе. Вербена эффективна

при истощении организма, вялости, анемии, как депуративное средство при фурункулезе и кожных высыпаниях.

ВЕРЕСК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Calluna vulgaris* (*L.*) *Hill.*

Верес звичайний (*укр.*)

Семейство Вересковые — Ericaceae

Вечнозеленый, стелющийся, сильно ветвистый кустарник высотой 30—100 см. Листья мелкие, сидячие, продолговатые, расположены ступенчато в четыре ряда, подобно черепице. Цветки мелкие, сиренево-розовые, на коротких цветоножках, многочисленные, собранные в одностороннюю кисть длиной 12—18 см. Изредка встречаются растения-альбиносы с белыми цветками. Плод — многосемянная коробочка. Цветение — в августе—сентябре. В северной и средней полосе европейской части Российской Федерации и в Украине распространен преимущественно в лесных регионах, на нечерноземных почвах, в сосновых и смешанных лесах, возле дорог, на вырубках, пустырях, гарях. С лечебной целью используют надземную часть растения, заготавливаемую во время цветения.

В траве вереска содержатся дубильные вещества (до 7 мг%), минеральные соли с высоким содержанием кальция, сахара, флавоновые гликозиды, пигменты, горький гликозид эриконин, алкалоид эрикодинин, фермент арбутаза, сапонины, лимонная кислота. Вереск оказывает мочегонное, вяжущее, потогонное и дезинфицирующее действие.

Применение. Вереск используют только в народной медицине — как седативное (успокаивающее) средство, водный настой применяют при урологических заболеваниях, мочекаменной болезни, остром и хроническом пиелонефрите, цистите, простатите, для лечения заболеваний печени. Отвар травы используют при артритах, ревматизме, подагре и нервных расстройствах. Наружно отвар применяют при экземе, аллергии, ревматизме и как ранозаживляющее средство.

ВЕРОНИКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Veronica officinalis L.*

Вероніка лікарська (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем. Стебель округлый, в нижней части ползучий и приподнимающийся, густо опушенный, высотой до 30 см. Листья супротивные, обратнояйцевидные или продолговато-обратнояйцевидные, при основании суженные в короткий черешок, по краям городчато-зубчатые, на верхушках коротко заостренные. Цветки голубоватые или светло-лиловые, изредка белые, сидят по одному на цветоножках в пазухах прицветников и собраны в многоцветковые кисти в верхней части стеблей. Цветочные кисти расположены в пазухе лишь одного

из супротивных листьев. Листья на вкус терпкие, в свежем виде — без запаха, в высушенном — ароматные. Цветение — в июне—августе. В Украине встречается в основном в Лесостепи и Полесье, в России — в европейской части, на Кавказе, в Западной Сибири, в смешанных и сосновых лесах, перелесках, на полянах, вырубках, пастбищах. С вероникой лекарственной схожи вероника широколистная, длиннолистная и дубравная, оказывающие аналогичное терапевтическое действие.

Лечебными свойствами обладает надземная часть растения (трава), которую заготавливают во время цветения. Химический состав вероники изучен недостаточно, известно, что ее трава содержит гликозиды аукубин и вероницин, группу алкалоидов, сапонины, эфирное масло, горечи, дубильные вещества, витамин С (до 230 мг%), каротин.

Применение. В прошлом препараты вероники применялись в официальной медицине, в настоящее время — только в народной. Вероника оказывает поливалентное (разностороннее) действие, стимулирует работу пищеварительных желез, повышает аппетит, проявляет противовоспалительные, обезболивающие, противоспазматические, фунгицидные, депуративные, кровоостанавливающие и ранозаживляющие свойства. Отвар вероники применяют при простудных заболеваниях, бронхиальной астме, охриплости, туберкулезе легких, внутренних кровотечениях, в климактерический период, при нервном истощении, ревматизме. Издавна веронику используют для лечения при укусах змей и бешеных животных.

ВЕХ ЯДОВИТЫЙ

❖ *Cicuta virosa L.*

Цикута отруйна, віх отруйний, смертельник, блекота (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) — ***Apiaceae*** (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение с запахом сельдерея. Корневище — ранней весной почти округлое и совершенно плотное, а осенью

продолговатое, полое и разделенное поперечными перегородками на камеры. Стебель полый, тонкобороздчатый, высотой до 150 см, сверху ветвистый. Листья на длинных черешках, нижние — дважды-, а верхние — триждыперистые. Цветки мелкие, белые, собраны в зонтики с 15—20 лучами. Плоды — почти округлые семянки. Цветение — в июле—августе, созревание плодов — в сентябре. Распространен на всей территории Украины, Беларуси, на большей части территории России, растет в хорошо увлажненных местах, на болотах, по берегам рек, среди кустарников.

Лекарственным сырьем служит трава веха, содержащая цикутотоксин и цикутин. В микродозах эти вещества проявляют седативный эффект, снижают артериальное давление и двигательную активность.

Применение. В связи с очень высокой токсичностью препараты веха редко используются в народной медицине. Настой травы применяют как противосудорожное, успокаивающее и отхаркивающее средство при бронхиальной астме, коклюше, эпилепсии, судорогах, параличе, заикании, психозах; как наркотическое и болеутоляю-

щее — при головных болях, головокружении, подагре, стенокардии, ревматизме; наружно (в виде компрессов) — при воспалении лимфатических узлов, затвердении молочных желез.

Вех ядовитый — одно из самых токсичных, смертельно опасных растений, и его применение в лечебных целях возможно только по указаниям и под наблюдением врача.

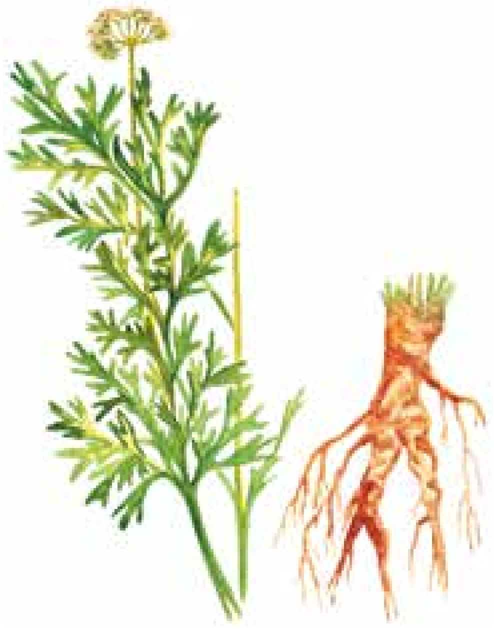
ВЗДУТОПЛОДНИК СИБИРСКИЙ

❖ *Phlojodicarpus sibiricus* (*Fisch.ex Spreeng.*) *K. — Pol.*

Здутоплідник (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение. Подземные органы представлены мощным, часто многоглавым вертикальным корневищем,



переходящим в стержневой корень. Стебель один или несколько, голый, ребристый, слабоветвистый. Стеблевых листьев два-три (или отсутствуют), они меньше прикорневых, имеют расширенное влагалище. Цветки мелкие, белые, собраны в зонтики, имеющие от 8 до 23 лучей. Растение встречается в горно-степных районах Южной Сибири, на высоких речных террасах, горных склонах, на каменистых почвах.

С лечебной целью используются подземные органы — корневища и корни. В них содержатся кумарины (дигидросамидин, виснадин), хиноны, уксусная и изовалериановая кислоты, изовалерианат, изобутират, самидин, оказывающие противомикробное, седативное и ранозаживляющее действие.

Применение. Препараты вздутоплодника используют при лечении пневмонии, нервных болезней, гастроэнтерита, дифтерии, сердечно-сосудистых заболеваний. Наружно применяют при зубной боли, как ранозаживляющее. Из взутоплодника получают препараты «Фловерин» и «Димидин», оказывающие сосудорасширяющее и спазмолитическое действие.

ВИНОГРАД ЕВРОПЕЙСКИЙ

❖ *Vitis vinifera L.*

Виноград звичайний (*укр.*)

Семейство Виноградовые — Vitaceae

В семейство Виноградовые входит 14 ботанических родов и большое количество видов. Культура винограда насчитывает многие тысячелетия, это растение, благодаря которому созданы целые отрасли хозяйственной деятельности человека. В культуре наибольшее значение и распространение получили два рода винограда — *Vitis Vinifera L.* (европейский) и *Vitis labrusca L.* (американский).

Уникальные свойства виноградной лозы — экологическая пластичность, способность расти в самых различных почвенно-климатических условиях; богатый химический состав, высокие вкусовые качества. Виноград называют ягодой жизни и здоровья. В его состав входит более 150 биологически активных веществ. Так, в кожице

плодов содержатся фитостериновые вещества (витины), эфирное масло, дубильные и красящие вещества. В соке плодов, в зависимости от сорта и условий выращивания, — до 20 % сахаров (прежде всего глюкозы), белки, жиры, клетчатка, пектины, гемицеллюлоза, пектозан, органические кислоты (винная, лимонная, щавелевая, яблочная), гликозиды дельфинидин и дидельфинидин. В состав входят все витамины группы В, а также С, Р, РР, антиоксиданты, соли кремния, натрия, фосфора, железа, меди. Из семян (косточек) получают жирное масло, в котором содержатся линолевая кислота и витамин Е и которое широко применяется в медицине.

Применение. Благодаря уникальным свойствам винограда в медицине образовалось отдельное терапевтическое направление — ампелотерапия (виноградолечение). Показателями к ампелотерапии являются: упадок сил и истощение, реабилитация после тяжелых болезней и операций, хронический туберкулез, малокровие, заболевания нервной системы, болезни печени, желудка, почек, заболевания сердечно-сосудистой системы.

Высокое содержание сахаров и органических кислот обуславливает некоторые ограничения в потреблении винограда. Противопоказаниями являются: сахарный диабет, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, ожирение, цирроз печени и гепатит, стоматит и кариес.

Наиболее ценными в лечебном отношении являются темные сорта винограда.

ВИШНЯ ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Cerasus vulgaris Mill.*

Вишня звичайна (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Дерево или кустовидное деревце, общеизвестная плодовая культура, считается национальным символом Украины.

В народной медицине с лечебной целью используют плодоножки, зеленые листья, плоды, кору, молодые веточки, камедь. В состав плодов входят глюкоза, фруктоза (до 10 %), яблочная и лимонная

кислоты, зольные, дубильные, азотистые вещества, витамины групп А, С, РР; плоды отличаются высоким содержанием меди. В листьях имеется лимонная кислота, дубильные вещества, кверцетин, амигдалин, камедин, в семенах (косточках) — амигдалин.

Применение. Вишня оказывает легкое слабительное, отхаркивающее, антисептическое действие. В народной медицине препараты плодоножек вишни широко применяют для лечения мочекаменной болезни и солевого диатеза — экстракт из смеси плодоножек вишни, коры ясеня обыкновенного, коры терна и ягод рябины разрушает камни. Используют плодоножки и при лечении подагры, сопровождаемой уратурией. Плоды вишни улучшают аппетит и пищеварение, такое же действие оказывает вишневый сок. Вишня с молоком эффективна при артритах, вызванных нарушением обмена веществ. Отвар вишневых веточек употребляют при диарее, а водный экстракт корней вишни — при лечении язвы желудка.

ВОДОСБОР ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Aquilegia vulgaris L.*

Орлики звичайні, оксамит (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, высотой до 30—80 см, в верхней части разветвленный. Листья черешковые, дважды или трижды тройчатые, с трехлопастными, по краям волнистыми долями. Цветки крупные, одиночные, зигоморфные (неправильные), со шпорцами. Чашечка пятилепестная, окрашенная в кремово-белый, розовый или сине-фиолетовый цвет. Плод — сборная листовка. Цветение — в мае—июне. В Украине и России распространен на всей территории, растет на лугах, в смешанных лесах, на полянах, вблизи жилищ. Как популярное декоративное растение часто выращивается в садах и парках.

В лечебных целях используется надземная часть растения (трава). Химический состав водосбора изучен недостаточно, известно, что в нем содержатся алкалоиды (до 0,05 %), цианогенные соединения, аскорбиновая кислота (витамин С).

Применение. В официальной медицине водосбор обыкновенный не используется, в народной — известен как обезболивающее, мочегонное, потогонное и слабительное средство. Водный настой травы в малых дозах применяют при желудочных коликах, кровотечениях, гепатитах различного происхождения, при альгоменорее и импотенции, наружно — при кожных высыпаниях, воспалениях в ротовой полости.

Водосбор обыкновенный — ядовитое растение, и его применение требует осторожности.

ВОДЯНИКА ЧЕРНАЯ

❖ *Empetrum nigrum L.*

Водяниця, вороница, голубець (*укр.*)

Семейство Вересковые — Ericaceaea

Многолетнее растение, вечнозеленый кустарник. Стебли стелющиеся, длиной 20—50 (иногда до 100) см. Листья очередные, длиной

до 5 мм, шириной около 1 мм, кожистые, темно-зеленые или бурые, напоминающие хвою. Цветы, расположенные в пазухах листьев, — розовые или темно-красные, одиночные. Цветение — в мае—июне. Плод — черная ягодообразная округлая костянка диаметром до 5 мм, с шестью-девятью косточками. В Украине растение встречается в Карпатах на субальпийских и альпийских лугах (полонинах), в еловых и сосновых лесах, в России и Беларуси — в лесной зоне.

С лечебной целью используют надземную часть растения, собираемую в период цветения, и ягоды в период полной зрелости. Все части растения богаты биологически активными веществами — флавоноидами, органическими кислотами, в том числе бензойной, витаминами (А, С, РР) и др.

Применение. Растение используется только в народной медицине. Плоды водяники оказывают мочегонное и противоцинготное действие. Настой и отвар облиственных веточек принимают в виде травяного чая при лечении головных болей, нервных заболеваний, цинги, диареи, как общеукрепляющее, тонизирующее средство. Экспериментально доказано спазмолитическое и седативное

действие препаратов водяники. Северные народы используют веточки водяники, замоченные в теплой воде, в виде компрессов и примочек для скорейшего заживления ран, ссадин, ушибов и т. п.

ВОДЯНОЙ ОРЕХ

❖ *Trapa natans L.*

Водорішник, чилим (*укр.*)

Семейство Рогульниковые — Trapaceae

Травянистое однолетнее (иногда многолетнее) реликтовое растение. Стебель тонкий, гибкий, длиной до 5 м, плавающий в толще воды и прикрепленный ко дну прошлогодним орехом, как якорем. При подъеме уровня воды растение отрывается от дна и свободно плавает, а, достигнув мелководья, снова укореняется. На поверхности водяной орех развивает несколько розеток из зазубренных

ромбических листьев, расположенных мозаично за счет разновеликих черешков. В черешках листьев имеются пустоты, заполненные воздухом, что обеспечивает растению плавучесть. Цветки четырехчленные, одиночные, с белыми, розоватыми или прозрачными лепестками. Цветение — в мае—июне. Плод — односемянная крупная костянка, обычно с четырьмя загнутыми выростами в форме рожек, по форме напоминающая корабельный якорь. Растет водяной орех в чистой стоячей или медленно текущей воде озер, заливов, стариц, иногда образует обширные заросли. В древности водяной орех имел огромное продовольственное значение, во многом заменял современный картофель. В Украине, России и Беларуси в наши дни находится на грани исчезновения в связи с загрязнением водоемов и общим ухудшением экологической обстановки, является охраняемым видом.

Все части растения содержат углеводы, флавоноиды, фенольные соединения, тритерпеноиды, дубильные вещества, витамины, минеральные соли. В плодах содержится до 55 % крахмала, жирное масло, микроэлементы, витамины.

Применение. В народной медицине Китая, Японии, Индии водяной орех широко используется при лечении импотенции, как общеукрепляющее, тонизирующее, седативное и желчегонное средство; при лечении заболеваний почек, при диспепсии. Свежий сок цветков и листьев применяют для лечения глазных болезней, как антисептик при гонорее, при укусах змей и насекомых.

ВОДЯНОЙ ПЕРЕЦ, ГОРЕЦ ПЕРЕЧНЫЙ

❖ *Polygonum hydropiper L.*

Водяний перець, гірчак перцевий, перець собачий (*укр.*)

Семейство Гречишные — Polygonaceae

Однолетнее травянистое растение со слаборазвитым малоразветвленным стержневым корнем. Стебель прямостоячий, внутри полый, часто с красноватым оттенком, ветвистый, высотой до 30—70 см.

Листья очередные, продолговато-ланцетные, волнисто-цельнокрайние. Нижние листья короткочерешковые, верхние — сидячие, желтовато-зеленые, часто с темным пятном ниже середины. Цветки мелкие, с белым или розовым четырехдольным железистым околоцветником, собраны на верхушках стеблей в тонкие и длинные свисающие колосовидные кисти. Плод — яйцевидно-эллиптический орех, с одной стороны плоский, с другой — выпуклый, черный, шероховатый. Цветение — с июня по сентябрь. Все части растения имеют острый перечный вкус. Встречается почти на всей территории Украины, в России и Беларуси — повсеместно, в Крыму — очень редко, растет на влажных и переувлажненных почвах — по берегам рек, озер, прудов и т. д. Иногда образует обширные заросли в смеси с другими болотными растениями.

С лечебной целью используют траву, в которой содержатся флавоновые гликозиды (рамназин, рутин, изорамнетин, кверцетин, полигопиперин), дубильные вещества, органические кислоты, эфирное масло, сахара, фитостерин, витамины А, С, К.

Применение. В официальной медицине препараты водяного перца (экстракт) применяют при лечении геморроя и маточных кровотечений, как кровоостанавливающее средство. Экстракт горца входит в состав геморроидальных свечей «Анестезол». В народной медицине используют водный отвар травы горца — как кровоостанавливающее средство, для ускорения заживления ран. В этих же случаях применяют свежий сок травы.

Растение ядовито.

ВОЛОДУШКА ЗОЛОТИСТАЯ

❖ *Burleurum aureum Fisch.*

Ласкавець золотистий (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение. Стебель высотой 30—150 см, ветвистый. Листья тонкие, яйцевидные, с сизым налетом, стеблеобъемлющие. Цветки желтые, собраны в зонтики, окруженные оберткой из трех-пяти крупных яйцевидных листьев. Плоды — темно-коричневые, продолговато-эллиптические двусемянки. В Украине встречается преимущественно в Карпатах, в изреженных хвойных и березовых лесах, на опушках, по берегам рек, в России и Беларуси — часто.

С лекарственной целью заготавливают траву володушки, в которой содержатся сапонины (до 13 %), фитостерины (0,2 %), алкалоиды (0, 03—0,07 %), дубильные вещества, каротин, аскорбиновая кислота. Трава володушки оказывает желчегонное, антисептическое, ранозаживляющее, жаропонижающее, тонизирующее действие.

Применение. Лечебное действие володушки подобно действию бессмертника (цмина песчаного). Препараты володушки усиливают секреторную деятельность желудка, поджелудочной железы и печени, активизируют выделение желчи.

В народной медицине отвар корней володушки используют при лечении малярии, а свежие и высушенные листья — для заживления ран. Настой травы употребляют при лечении инфекционных

болезней, сопровождаемых головной болью, при лихорадочном состоянии, а также при холецистите, ангиохолите, гепатите.

Препараты володушки не рекомендуются при желчекаменной болезни.

ВОЛЧЕЦ КУДРЯВЫЙ, КНИКУС БЕНЕДИКТИНСКИЙ

❖ *Cnicus benedictus L.*

Будяк кучерявий (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Однолетнее травянистое растение, сильноветвистое, густоопушенное, высотой до 30—50 см. Корень стержневой. Стебель прямостоячий, от основания разветвленный, пятигранный. Прикорневые

листья продолговатые, перисторассеченные, по краю зубчато-колючие; в средней части стебля — сидячие, очередные, менее рассеченные, верхние — паутинисто-опушенные, собранные под одиночным соцветием. Цветки желтые, собраны в мелкие, до 2 см в диаметре, корзинки. Плод — ребристая семянка длиной 8—10 мм, желто-коричневого цвета, с хохолком. Цветение — в июне—августе. Встречается на сухих лугах, склонах холмов, вдоль дорог, на пустырях, как сорняк в посевах, по краям полей в южных регионах Российской Федерации и повсеместно — на территории Украины, выращивается в культуре как лекарственное растение. С лечебной целью используется надземная часть (трава).

Волчец кудрявый содержит горечи (кницин и салонитенилид), дубильные вещества, смолы, эфирное масло, флавоны, лигнин, слизи, танин, камедь. Основным биологически активным веществом является кницин, проявляющий желчегонное, детоксикационное, антибактериальное действие.

Применение. Препараты волчеца кудрявого применяют при заболеваниях желудка, отсутствии аппетита, гастритах с пониженной кислотностью. В народной медицине волчец кудрявый используют при нарушениях деятельности желудка, печени, кишечника

и желчного пузыря, при метеоризме и запорах, при анемии, заболеваниях легких. Наружно применяется в виде компрессов для медленно заживающих ран, при гангрене и кожных изъязвлениях.

ВОЛЧЕЯГОДНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ, ВОЛЧЬЕ ЛЫКО

❖ *Daphne mezereum L.*

Вовчі ягоди звичайні, вовче лико (*укр.*)

Семейство Волчниковые — Thymelacaceae

Маловетвистый прямостоячий кустарник высотой до 1,5 м, с желтоватой, хорошо отделяемой от древесины корой. Листья очередные, длиной 4—10 см, сверху глянцево-зеленые, снизу с сизым оттенком, продолговато-ланцетные, скученные на вершине побега. Цветки сидячие, темно-розовые, околоцветник простой, четырехдольный,

трубчато-ворончатый. Расположены цветки в средней части побегов, ниже верхушечных листьев. Цветение — в марте—апреле. Плоды — ярко-красные продолговатые костянки, семена (косточки) — блестящие, шаровидные. Растет в лесной и лесостепной зонах Украины и России в подлеске смешанных и хвойных лесов, среди кустарников. Иногда выращивается в садах как раноцветущее декоративное растение.

С лечебной целью используется главным образом кора растения, содержащая гликозид дафнин, фенолгликозид дафнезид, смолу мезереин; в плодах содержатся гликозид коккогнин, горькие и красящие вещества.

Применение. Настой и отвар коры волчеягодника обладают снотворным, противоэпилептическим, раздражающим, слабительным, антибактериальным и противоопухолевым действием.

ВОРОНЕЦ КОЛОСИСТЫЙ

❖ *Actaea spicata L.*

Актея колосиста, адамове ребро, вовчі ягоди, чернець (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, многоглавое, стебель высотой до 70 см, разветвленный, голый или слегка опушенный. Листья крупные, длиной до 30 см, очередные, черешковые, дважды или трижды перисторазедльные, листочки длиной до 8 см, удлиненно-яйцевидные, заостренные, надрезанно-зубчатые. Цветки мелкие, белые, собранные в кисти (обычно по два на одном цветоносе), на опушенных цветоножках. Плод — продолговатая, длиной до 1 см, сочная черная ягода. Цветение — в мае—июне. Встречается на территории Украины — в Карпатах и лесных районах лесостепной зоны в тенистых широколиственных лесах, в Беларуси — редко, в Российской Федерации — в южных регионах.

В траве и плодах воронца колосистого содержатся алкалоиды, сапонины, транаконитовая кислота, в семенах — до 30 % жирного (ядовитого) масла.

Применение. Препараты воронца оказывают сильное местное раздражающее и общепаралитическое действие, влияя на центральную нервную систему.

Все части растения ядовиты, в связи с чем воронец колосистый очень редко используется в народной медицине и гомеопатии.

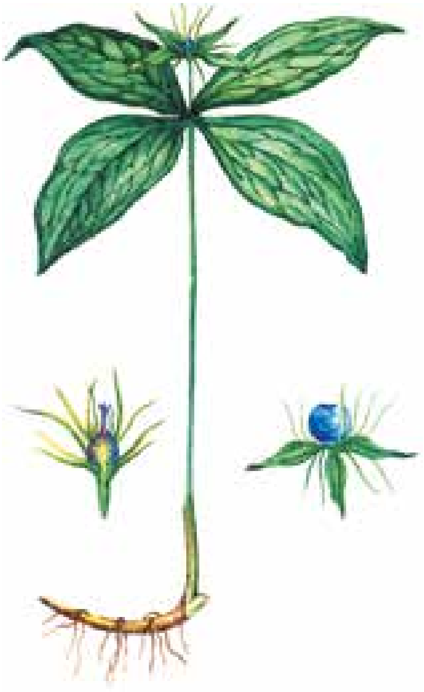
ВОРОНИЙ ГЛАЗ ЧЕТЫРЕХЛИСТНЫЙ

❖ *Paris quadrifolia L.*

Вороняче око, бешизник, сухотник, хрест-трава (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое растение с длинным тонким корневищем. Стебель прямостоячий, одиночный, гладкий, при основании



покрыт бурым пленчатым влагалищем. Листья эллиптические, заостренные, длиной до 14 см, собраны в крестообразную четырехлистную мутовку в верхней части стебля (иногда листьев пять-шесть). Листья голые, темно-зеленые, с тремя разветвленными жилками. Цветок одиночный, приподнят над листовой мутовкой на ребристой цветоножке, неопадающий, желтовато-зеленый, с четырьмя-пятью и более узколанцетными лепестками и таким же числом листочков наружной обертки. Цветение — в мае—июне. Плод — шаровидная сизо-черная многосемянная ягода. Встречается в сырых хвойных и смешанных лесах на Полесье и в Карпатах, в Беларуси и России — в схожих местах обитания.

Все части растения содержат сапонин паристифин, гликозид паридин, в корневищах имеются алкалоиды и сапонины стероидного строения.

Применение. Ягоды вороньего глаза оказывают действие на сердце, а листья — на нервную систему и обладают антисептическими свойствами. Растение изредка используется в народной

медицине для лечения мигрени, невралгии, при нарушениях обмена веществ.

Вороний глаз четырехлистный — очень ядовитое растение, и его применение должно быть обязательно согласовано с врачом-фитотерапевтом.

ВЬЮНОК ПОЛЕВОЙ

❖ *Convolvulus arvensis L.*

Березка польова, оплітка, повійка (*укр.*)

Семейство Вьюнковые — Convolvulaceae

Многолетнее травянистое растение. Стержневой корень мощный, достигающий глубины 2 м и более, с множеством горизонтальных боковых ответвлений в верхнем слое почвы. Стебли — длиной до 1,2 м, тонкие, голые, неясно ребристые. Листья на длинных черешках, яйцевидно-эллиптические, с притупленной верхушкой и копьевидным основанием. Цветки белые или розовые, на длинных пазушных цветоносах, с двумя маленькими супротивными прицветниками; чашечка пятизубчатая, воронковидно-колокольчиковая, до 3 см в диаметре. Плод — гладкая, округлояйцевидная, заостренная на верхушке коробочка. Цветение — с июня до осени. Распространен на всей территории Украины, России и Беларуси на посевах и в садах, у дорог, на пастбищах. Злостный, трудноискореняемый сорняк.

Применение. Для лечения используются трава и корни вьюнка полевого — только в свежем виде, так как после сушки лекарственные свойства утрачиваются. Вьюнок полевой содержит специфические смолы, оказывающие сильное слабительное действие, смолистый гликозид, повышающий свертываемость крови, сапонины, каротин, витамины С и Е. В виде спиртовой настойки применяется как слабительное и мочегонное средство. В народной медицине вьюнок чаще всего применяют как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство (в виде измельченных листьев и свежего сока).

Вьюнок полевой — ядовитое растение, и при внутреннем его применении необходимо соблюдать осторожность.

ВЯЗ ГЛАДКИЙ, ИЛЬМ

❖ *Ulmus glabra Huds.*

Берест (*укр.*)

Семейство Ильмовые — Ulmaceae

Дерево высотой до 30 м. На молодых ветвях кора темно-бурая, бородавчатая, на взрослых — серая, покрытая трещинами. Листья крупные, обратнояйцевидные, с заостренной вершиной, к основанию неравнобокие, крупнопильчатые по краю (зубцы наклонены вперед). Цветки кремовые, с красноватым околоцветником, на длинных цветоножках, повислые, собранные в многоцветковые соцветия. Плод — обратнояйцевидный крылатый орех. Цветение — в апреле. В Украине встречается на богатых почвах по берегам рек,

на речных террасах, как примесь в дубовых и дубово-грабовых лесах Крыма и Карпат, на высоте до 2000 м над уровнем моря. В Беларуси встречается повсеместно, на территории России — в европейской части до Урала, в Предкавказье.

С лечебной целью используют кору корней и стволов, луб, листья. В этих частях растения имеются углеводы — рамноза, галактоза, галактуроновая кислота, катехины, дубильные вещества, лейкоцианидин. В листовых почках содержатся каротин, витамин С, флавоноиды (рутин, изокверцитрин). В плодах имеются витамины и до 34 % жирного масла.

Применение. Отвар коры ствола и ветвей оказывает вяжущее, тонизирующее, противокатаральное и антибактериальное действие, ускоряет свертываемость крови. Пасту из молодой коры и листьев используют при лечении ожогов, опухолей. Антибактериальную активность коры используют против золотистого стафилококка и микобактерий. Отвар коры на вине (галеновый препарат) применяют как противораковое средство, а также при лечении малярии, гнойных ран и язв.

ВЯЗЕЛЬ РАЗНОЦВЕТНЫЙ

❖ *Coronilla varia L.*

Вязель різнокольоровий (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище разветвленное, ползучее; стебли, развивающиеся из почек корневища, — многочисленные, внутри полые, восходящие или стелющиеся. Листья очередные, непарноперистые; листочки в количестве 5—12 пар, продолговато-овальные, слегка заостренные на вершине; верхние листья сидячие. Цветки двусторонне-симметричные, собраны (до 20 шт.) в полушаровидные зонтиковидные соцветия, образующиеся в пазухах верхних листьев. Отдельные части цветка различной окраски: парус розовый, крылья и лодочка бледно-лиловые, лодочка на верхушке темно-красная. Цветение — с мая по сентябрь.

Плод — удлиненный боб с тонким носиком на верхушке, перетянутый и распадающийся при созревании на несколько односемянных продолговатых члеников. Распространен повсеместно в Украине и степной зоне европейской части России, на территории Беларуси — в южных областях, часто встречается на прогреваемых песчаных солнечных участках, на сухих лугах, лесных опушках, вдоль дорог.

С лечебной целью используются семена и трава вязеля. В семенах содержатся гликозиды коронизид и корониллин, обладающие избирательным действием на сердце, подобным действию строфантина. Кроме того, в состав вязеля входят углевод стахиоза, ненасыщенные жирные кислоты, мочевая кислота, жирное масло. В траве содержатся корониллин, псевдокумарин, дубильные вещества, каротин, витамин С.

Применение. В народной медицине отвары и настои вязеля разноцветного используют при сердечных заболеваниях и как мочегонное средство.

Растение ядовито, его необходимо применять осторожно, под контролем специалиста.

ГАРМАЛА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Peganum harmala L.*

Гармала звичайна, могильник, дика рута, гармань, ребрик собачий, білобік (*укр.*)

Семейство Парнолистниковые — Zygophyllaceae

Многолетнее травянистое растение с сильным специфическим запахом. Корневище многоглавое, твердое, переходящее в длинные, до 2 м, корни. Стебли прямостоячие, многочисленные (до 150 на одном растении), высотой 30—80 см, сильноветвистые, голые. Листья очередные, сидячие, трех- или пятираздельные, с острыми линейными мясистыми долями. Цветки одиночные, крупные, желтого цвета, расположены на концах ветвей на цветоножках. Околоцветник пятираздельный, имеет пять лепестков и пять линейных чашелистиков,

остающихся при плоде. Цветение — в июне—июле. Плод — трехгнездная многосемянная шаровидная коробочка диаметром до 1 см. В Украине встречается в южной части на сухих солонцеватых почвах, каменистых склонах, обочинах дорог, на сильно выбитых пастбищах как сорное растение; повсеместно — в Казахстане, на юге европейской части России, в Поволжье, на Кавказе.

С лечебной целью используют семена, траву, реже — корневище. Все части растения содержат алкалоиды (гармалин, гармалол, гармин, пеганин), в семенах содержатся жирное масло и красящие вещества.

Применение. В официальной медицине применяют преимущественно препараты гармина — при эпидемическом энцефалите, заболеваниях центральной нервной системы, паркинсонизме. Пеганин используют для лечения гладкой мускулатуры кишечника и матки (как тонизирующее и мочегонное средство).

В народной медицине настои и отвары гармалы применяют при лечении малярии и простудных заболеваний. Примочки и ванны из отвара травы используют при лечении ревматизма и чесотки.

ГЕРАНЬ ЛЕСНАЯ

❖ *Geranium silvaticum L.*

Герань лісова (*укр.*)

Семейство Гераниевые — Geraniaceae

Травянистое многолетнее растение. Корневище косовосходящее или почти вертикальное. Стебли прямые, высотой до 30—80 см, в верхней части разветвленные, ребристые, густо опушенные прижатыми волосками, в нижней части опушение более редкое. Прикорневые листья длинночерешковые, глубоко, пяти-семираздельные с надрезанно-зубча-

тыми долями; средние и верхние листья на более коротких черешках или сидячие, обычно трехраздельные; все листья прижато-волосистые. Цветки крупные, фиолетовые или фиолетово-красноватые, пятилепестные, собраны по два на цветоносах на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — коробочка, по форме напоминающая птичий клюв. Обычное растение на всей территории Украины, в европейской части России, в Сибири. Часто встречается в лесах, среди кустарников, на увлажненных почвах, порой образуя сплошные заросли.

Лекарственным сырьем является трава герани лесной, в которой содержатся дубильные вещества, а во время цветения и алкалоиды.

Применение. Герань лесную используют только в народной медицине при лечении дизентерии, тяжелых поносов у детей, острых и хронических энтероколитов.

ГЕРАНЬ ЛУГОВАЯ

❖ *Geranium pretense L.*

Герань лучна (*укр.*)

Семейство Гераниевые — Geraniaceae

Как и герань лесная, герань луговая — травянистый многолетник. Корневище толстое, деревянистое. Стебли прямостоячие, в верхней части разветвленные. Высота стебля — до 1 м. Цветки, в отличие от герани лесной, синего цвета. Цветение — с июня по сентябрь. Плод — пятичленная сухая коробочка, распадающаяся при созревании на пять частей, каждая из которых содержит одно семя. Распространено растение на всей территории Украины, России и Беларуси — на лесных полянах, лугах, среди кустарников, вдоль дорог.

С лекарственной целью используют надземную часть растения, реже — корневища, которые заготавливают осенью. Все части герани луговой содержат дубильные вещества (в корнях — до 38 %, в цветках — до 16 %). Листья богаты аскорбиновой кислотой.

Применение. В народной медицине препараты герани луговой используют при эпилепсии, поносах, маточных кровотечениях. В зависимости от концентрации препаратов и их дозировки герань воз-

действует либо успокаивающе, либо возбуждающе. Наружно настой и отвар травы и корней герани используют при зубной боли, для спринцеваний при гинекологических заболеваниях, для компрессов и обмываний при экземах и других кожных заболеваниях. Сок свежей травы используют при геморроидальных кровотечениях.

ГИНКГО ДВУЛОПАСТНОЕ, СЕРЕБРЯНЫЙ АБРИКОС

❖ *Ginkgo biloba L.*

Гінкго дволопатеве (*укр.*)

Семейство Гинкговые — Ginkgoaceae

Реликтовое растение, одно из самых древних на планете, единственный представитель своего семейства (расцвет семейства Гинкговые пришелся на пермский период палеозойской эры).

Голосеменное растение, близкий родственник современных хвойных. Листопадное двудомное дерево высотой до 40 м. Ветви длинные, голые, на их верхушках расположены пучки листьев. Ветвление и жилкование, как у многих древнейших видов, дихотомическое (каждый побег или жилка листа делятся на два равноценных). Листья черешковые, листовая пластинка разделена на две симметричные доли (лопасти). На верхушках побегов расположены женские семязачатки и мужские микроспорангии. Известна лишь одна природная популяция гинкго — в Китае, вблизи провинции Аньхой (неподалеку от Шанхая); все остальные насаждения этого уникального дерева — искусственного происхождения. Гинкго двулопастное было посажено в 1818 году в Крыму, в Никитском ботаническом саду. В настоящее время гинкго все чаще можно встретить в садах и парках, частных коллекциях, северная граница его распространения в Украине — широта Киева.

Кроме того что дерево обладает уникальными фармацевтическими свойствами, оно очень перспективно для использования

в озеленении. Высокая декоративность растения сочетается с пыле- и газовыносливостью, гинкго успешно противостоит радиационному загрязнению, очень долговечно (до тысячи и более лет).

С лечебной целью используются листья и семена гинкго. История терапевтического применения растения насчитывает как минимум пять тысяч лет.

Содержащиеся в листьях флавоноиды, кверцетин, изорамнетин, проантоцианидин, кемпферол, антиканцерогенные вещества и антиоксиданты обуславливают широкий фитотерапевтический спектр применения гинкго.

Применение. Препараты гинкго двулопастного используют при лечении атеросклероза, сосудистых заболеваний: они препятствуют образованию тромбов, повышают эластичность стенок кровеносных сосудов. Отмечена эффективность при профилактике инфаркта и инсульта, повышение иммунитета. Гинкго оказывает и противовоспалительное действие; используется при лечении глазных заболеваний (глаукома), а также импотенции, бронхиальной астмы, лучевой болезни, гипертонии.

Препараты гинкго не оказывают побочного действия.

ГЛАДЫШ ШИРОКОЛИСТНЫЙ

❖ *Laserpitium latifolium L.*

Стародуб (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) — ***Apiaceae*** (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение высотой 60—150 см. Листья крупные, дважды тройчатые, на длинных черешках, с яйцевидными долями до 7 см длиной и до 3—4 см шириной; доли неравнобокие, зубчатые, снизу бледно-зеленые, с острыми щетинками по жилкам. Цветки мелкие, белые, в сложных зонтиках с общей оберткой из 8—10 линейно-ланцетных листочков и оберточкой у зонтиков второго порядка из нитевидных листочков. Шириной и формой листьев растение сильно отличается от других представителей семейства Зонтичные. Растет в Карпатах и Приднепровье в широко-

лиственных и смешанных лесах, встречается в европейской части Российской Федерации.

С лечебной целью используют корни, реже — плоды. В корнях содержатся сахароза, ангеликовая кислота, сесквитерпены (иланген, лазерпитин, лазерпитинол и др.), ситостерин, фенолы. В плодах обнаружены кумарины, пинены, жирное масло, содержащее петрозелиновую кислоту.

Применение. В народной медицине настойка корня на водке считается лучшим лечебным средством при желудочных заболеваниях (язве желудка). Применяют ее также при заболеваниях печени, наружно (в виде полосканий) — при зубной боли; ею растирают больные суставы. Отвар корней рекомендуется при желудочных заболеваниях, туберкулезе легких, лихорадке, при гинекологических заболеваниях, как слабительное и тонизирующее средство; наружно применяют для компрессов и обмываний при зудящих дерматозах.

ГОЛУБИКА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Vaccinium uliginosum L.*

Гонобобель, дурниха, лохина, п'яниха (*укр.*)

Семейство Вересковые — Vacciniaceae

Ветвистый листопадный кустарник или полукустарник высотой до 1 м. Ветви округлые, тонкие, изогнутые, с серой корой. Листья эллиптические или обратнояйцевидные, тонкие, сверху темно-зеленые, снизу сизые, цельнокрайние. Цветки мелкие, бело-розовые, шаровидно-колокольчатые, располагаются по 1—3 на концах прошлогодних веточек. Плод — сочная сладкая ягода сине-голубого с сизым налетом цвета, до 1 см в диаметре. Цветение — в мае—июне, плодоношение — в августе—сентябре. Встречается в заболоченных местностях, сфагновых лесах, на торфяниках, в лесной зоне Украины. В России голубика — обычное растение лесной, лесотундровой и тундровой зон. Сопутствующим растением чаще всего является багульник болотный, пьянящий аромат которого и является причиной народных названий голубики.

С лечебной целью применяются облиственные веточки и ягоды голубики. В листьях голубики содержатся арбутин и флавоноиды; в ягодах — органические кислоты (яблочная, лимонная, щавелевая, бензойная), сахара, каротин, витамин РР. По содержанию витамина С (110 мг%) ягоды голубики близки к черной смородине.

Применение. Ягоды голубики в свежем виде являются хорошим противоцинготным средством; применяют их также при энтероколитах, пиелите: они усиливают желудочную секрецию. В народной медицине отвар веточек с листьями используют при болезнях сердца; ягоды рекомендуют при дизентерии, отвар листьев принимают внутрь как мягкое слабительное. Сушеные ягоды оказывают жаропонижающее, противовоспалительное, вяжущее, антигельминтное действие, их отвар применяют при гастритах, энтеритах, лихорадке, колитах и поносах. Отвар листьев полезен при сахарном диабете и сердечных заболеваниях.

ГОРЕЦ ЗМЕИНЫЙ

❖ *Polygonum bistorta L.*

Гірчак зміїний, ракові шийки, змійовик (*укр.*)

Семейство Гречишные — Poligonaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое (до 2 см), слегка сплюснутое, покрытое множеством рубцов от отмерших листьев и стеблей и из-за этого имеющее сходство с раковыми шейками; змеевидно изогнутое, длиной до 10 см, снаружи бурое, на изломе розоватое. Прикорневые листья крупные, продолговато-ланцетные, с длинными крылатыми черешками. Стебель высокий (до 1 м), с немногочисленными линейными сидячими листьями. Цветки мелкие, собраны на верхушке стебля в цилиндрический колос, розовые или белые, длиной до 10 см, шириной 10—12 мм. Цветение — в июле—августе. Плод — трехгранная темно-бурая блестящая семянка в виде орешка, напоминающая плоды гречихи посевной.

Все части растения обладают очень терпким вкусом. Обычное растение на всей территории Украины, в Беларуси и умеренной

зоне России, встречается во влажных местах — на заливных лугах, в зарослях кустарников, по берегам водоемов.

С лекарственной целью используется корневище горца змеиного (аптечное название — *Rhisoma Bistortae*). В нем содержится большое количество дубильных веществ (до 25 %), галловая и эллаговая кислоты, красители, катехины, каротин, аскорбиновая кислота.

Применение. В официальной медицине экстракт горца змеиного применяют при острых и хронических поносах, для полосканий при стоматите, гингивите, воспалительных процессах ротовой полости. В народной медицине корневища, настоянные на водке, употребляют при язве желудка, дизентерии, при женских заболеваниях, нервных расстройствах, наружно для примочек.

ГОРЕЦ ПОЧЕЧУЙНЫЙ

❖ *Polygonum persicaria L.*

Гірчак почечуйний (*укр.*)

Семейство Гречишные — Poligonaceae

Однолетнее травянистое растение. Стебель голый, прямостоячий или приподнимающийся, красноватый, высотой 0,2—2 м, разветвленный. Корень стержневой, слабоветвистый. Листья очередные, короткочерешковые, продолговато-ланцетные, заостренные, цельнокрайние, блестящие, часто с бурым пятном на верхней стороне листовой пластинки. Цветки мелкие, розовые, собраны на верхушках стеблей в густые цилиндрические кисти. Плод — широкояйцевидный, черный, блестящий орех, плоский или с одной стороны выпуклый; реже — трехгранный. Цветение — с июня по сентябрь. Встречается на всей территории Украины и России на увлажненных почвах, по берегам рек и прудов, на лугах.

С лекарственной целью используют траву горца почечуйного. В ней содержатся танин (до 1,5 %), флавоноиды гиперозид, авикулярин, кверцитрин, флавон, персикариол, пектины, эфирное масло, много витамина К.

Горец почечуйный оказывает легкое слабительное, обезболивающее, антибактериальное, тонизирующее действие.

Применение. Препараты горца почечуйного используют главным образом при лечении геморроя, усложненного кровотечениями, и болезней женских половых органов, в частности метроррагии. В народной медицине настой травы горца применяют для полоскания горла при ангине, а сок свежих листьев — при лечении долго не заживающих ран. Исследованиями установлено, что горец почечуйный активизирует свертываемость крови и повышает ее вязкость.

ГОРЕЦ ПТИЧИЙ, СПОРЫШ

❖ *Poligonum aviculare L.*

Спориш звичайний (*укр.*)

Семейство Гречишные — Polygonaceae

Однолетнее травянистое растение. Стебель ветвистый, лежачий или приподнимающийся, коленчатый. Листья мелкие, эллиптические, ланцетные или продолговато-ланцетные, темно-зеленые. Цветки мелкие, по краям розовые или беловатые, собраны по 3—5 в пазухах листьев. Цветение — с мая до осенних заморозков. Плод — трехгранный черный или коричневый орех. В Украине, России и Беларуси одно из самых обычных растений, встречается массово по всей территории: во дворах, на тропинках, при дорогах, на выгонах, пастбищах, возле жилья, на засоренных местах, иногда в полях.

С лечебной целью используют траву спорыша, собранную во время начала цветения. Химический состав изучен хорошо, в растении содержится много кремниевой кислоты и дубильных веществ, смолистые вещества, слизи, жиры, органические кислоты, флавоновый гликозид авикулярин, витамин С, каротин и др.

Применение. В официальной медицине горец птичий известен главным образом благодаря препарату «Авикулярен», который используется как эффективное средство для сокращения мускулатуры матки и повышения свертываемости крови. В народной медицине спорыш широко применяется в виде отвара, порошка и свежего сока. Эти препараты используют прежде всего как противовоспалительное, укрепляющее и мочегонное средство при болезнях почек, печени, мочевого пузыря и желудка. Препараты спорыша

применяют при наличии песка и камней в почках и мочевом пузыре, при желчекаменной болезни. Наконец, спорыш эффективен при всех заболеваниях легких, в том числе и при туберкулезе легких. Растение часто применяют в составе травяных сборов с другими, аналогичными по действию травами.

ГОРЕЧАВКА ЖЕЛТАЯ

❖ *Gentiana lutea L.*

Тирлич жовтий, гинзура (*укр.*)

Семейство Горечавковые — Gentianaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище многоглавое, толстое, короткое с кольцевыми следами отмерших листьев, постепенно переходящее в корень. Листья голые, кожистые, супротивно расположенные, до 15 см длиной и до 3 см шириной. Стебли взрослых растений (старше трех-четырех лет) достигают высоты 1,5 м, они полые внутри, ветвистые. В средней и верхней частях стеблей расположены крупные ярко-желтые цветки с пятью-шестью лепестками. Плод — двухгнездная коробочка. Семена мелкие, крылатые, в виде округлых или эллиптических пластинок светло-коричневого цвета.

В Украине горечавка желтая встречается в диком виде только в горных Карпатах, на полонинах, среди кустарников, в зарослях ольхи и осины. В Белоруссии и России редко встречается в умеренной зоне. Иногда культивируется в садах как редкое декоративное растение. Нуждается в охране.

Лекарственным сырьем являются корневища с корнями, в которых содержится горькое вещество генциопикрин, алкалоид генцианин, пектины.

Применение. По свидетельству Плиния, растениями рода Гентиана иллирийский царь Гентий лечил своих подданных от чумы (по его имени род Gentiana и получил свое название). В народной медицине европейских стран горечавка желтая используется с древнейших времен как хорошее средство для возбуждения аппетита и улучшения пищеварения, а также как мочегонное средство.

Для общего укрепления организма и повышения тонуса горечавка более эффективна, чем золототысячник.

ГОРЕЧАВКА ЛЕГОЧНАЯ

❖ *Gentiana pneumonanthe L.*

Тирлич звичайний, тирлич голубий (*укр.*)

Семейство Горечавковые — Gentianaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, короткое, несущее шнуровидные корни. Стебель один или несколько, простой, голый, прямостоячий, высотой 15—30 см, облиственный. Листья супротивные, линейные, в основном попарно сросшиеся, с одной жилкой. Цветки крупные, пятидольные, ярко-синие, трубчато-колокольчатые, расположены по одному-два в пазухах верхних листьев на цветоножках. Цветение — в августе—сентябре. Плод — одногнездная коробочка продолговато-ланцетной формы. В Украине встречается на всей территории, на суходольных лесных опушках, лугах, среди кустарников, на склонах. Встречается в европейской части России, на Кавказе, в Сибири. Растение довольно редкое.

Лекарственным сырьем являются корневища и корни горечавки легочной. В них содержатся алкалоид генцианин, гликозид генциопикрин, эритроцентаурин, аскорбиновая кислота, каротин, дубильные вещества.

Применение. Препараты горечавки легочной влияют на центральную нервную систему, на двигательную функцию матки, умеряют месячные кровотечения, обладают глистогонным действием.

В народной медицине применяют водный отвар надземной части растения. Его назначают при заболеваниях нервной системы, обмороках, упадке сил, при желудочных болях.

ГОРИЦВЕТ КУКУШКИН

❖ *Coronaria flos-cuculi L.*

Зозулин цвіт, коронарія зозуляча (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Caryophyllaceae

Однолетнее травянистое растение. Стебель прямой, продольно-бороздчатый, в верхней части сильно ветвистый, опушенный загнутыми волосками. Листья супротивные; нижние листья широколанцетные, к основанию суженные в черешок, верхние — линейно-ланцетные, сидячие, цельнокрайние, заостренные. Цветки собраны в редкую щитковидную метелку с супротивными ветвями; лепестков пять, они розово-красные, изредка белые, каждый лепесток глубоко разделен на четыре доли. Цветение — в июне—июле. Плод — продолговатая широкояйцевидная одногнездная коробочка, открывающаяся пятью зубцами, с множеством темно-коричневых почковидных семян. В Украине встречается в Степи и Лесостепи, на бедных песчаных и карбонатных почвах. В России растение распространено на всей европейской части и в Западной Сибири.

С лечебной целью используется надземная часть растения (трава), в которой содержатся сапонины, малоизученный гликозид, следы алкалоидов, аскорбиновая кислота.

Применение. В официальной медицине препараты горицвета кукушкина ранее применялись для остановки маточных кровотечений и как отхаркивающее средство. В настоящее время растение используется только в народной медицине. Траву заваривают как чай и пьют при бесплодии, желтухе, бронхите, маточных крово-

течениях, применяют как потогонное и противоревматическое средство. Наружно применяют при чесотке, для промывания ран, для компрессов при нарывах. Экспериментально доказано бактерицидное действие горицвета кукушкина.

ГОРИЧНИК РУССКИЙ

❖ *Peucedanum ruthenicum Bied.*

Смовдь руська, адамове ребро (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) **—**
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневища короткие, с остатками листовых черешков, от корневищ отходят толстые слабоветвистые стержневые корни. Стебель один или несколько, высотой до 20—50 см, прямостоячий, бороздчатый, вверху разветвленный. Нижние листья длинночерешковые, с крупными трехраздельными сегментами; среднестеблевые — меньше размером, с короткими влагалищными черешками; верхние редуцированы во влагалища. Соцветие — крупный, до 18 см, зонтик на верхушках стеблей и побегов. Плоды — плоские или овальноокруглые двусемянки. Цветение — в июне—июле. В Украине встречается преимущественно в степной и лесостепной зонах, в восточных и юго-восточных областях (Луганская, Донецкая, Харьковская и др.), в России — в европейской части. Растет на склонах балок и холмов, среди степных кустарников, на курганах, обочинах дорог, кладбищах; иногда образует небольшие заросли.

С лечебной целью используют траву и корни горичника. Корни содержат до 2 % эфирного масла, фурокумарин, пеуцеданин.

Применение. В народной медицине горичник применяют как болеутоляющее, отхаркивающее и противопростудное средство. Спиртовая настойка корня горичника хорошо успокаивает зубную боль. Пеуцеданин применяется для комплексного лечения злокачественных опухолей. Имеются сведения о сенсибилизирующих свойствах горичника русского, применении его для лечения витилиго.

ГОРЧИЦА САРЕПТСКАЯ

❖ *Brassica juncea L.*

Гірчиця сарептська, гірчиця, гірчак (*укр.*)

Семейство Капустные (***Крестоцветные***) — ***Brassicaceae*** (***Cruciferae***)

Однолетнее травянистое растение с прямостоячим, разветвленным в верхней части стеблем высотой до 60 см. Листья черешковые, очередные; нижние — лировидные, перистораздельные с крупными вершинными долями; средние — ланцетовидные, выемчатые, верхние — почти цельнокрайние. Цветки мелкие, желтоокрашенные, четырехраздельные, собранные в удлиненные кисти на верхушках стеблей и ветвей. Плоды — шиловидные стручки цилиндрической формы, отклоненные от оси соцветия. Семена желтые или коричневатые. Цветение — в мае. Растение культивируется. Основные районы возделывания в России — Поволжье и европейская часть. В Украине встречаются и другие виды горчицы — горчица черная (*Brassica nigra L.*) и горчица белая (*Sinapis alba L.*), которые нередко выращиваются как сидеральные культуры. Все указанные виды горчицы повсеместно встречаются на полях как сорные растения.

С лечебной целью используют семена горчицы сарептской, в которых содержится до 35 % жирного масла, гликозид синигрин, мирозин.

Применение. Из семян горчицы получают горчичное масло, в состав которого входит большое количество биологически активных веществ (группа витаминов, полиненасыщенные жирные кислоты, гликозиды, эфиры и др.). Горчичное масло применяют как местное раздражающее и отвлекающее средство. Из жмыха семян изготавливают горчичный порошок и горчичники. Порошок горчицы применяют для общих и ножных ванн, как средство, активизирующее кровообращение, дыхание и облегчающее отделение мокроты. Семена горчицы и столовую горчицу употребляют как средство, повышающее аппетит и стимулирующее пищеварительные процессы. Используют горчицу и в косметических целях — горчичную муку пополам с медом, замешанную на отваре цветков белой лилии применяют наружно для выведения веснушек.

ГРАВИЛАТ ГОРОДСКОЙ

❖ *Geum urbanum L.*

Гравілат міський, вивішник, підлісник (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, ползучее. Стебель прямой, полый внутри, слабоветвистый, мягкоопушенный беловатыми волосками. Листья также опушенные; прикорневые — лировидно-прерывистоперистые, с длинными черешками; стеблевые — короткочерешковые или почти сидячие, трехраздельные, с крупными прилистниками. Цветки желтые, пятилепестковые, до 1,5 см в диаметре, на длинных тонких цветоножках, расположенных на верхушках ветвей и стеблей. Цветение — с мая по август. Плод — шаровидный орешек до 20 мм в диаметре, образованный многочисленными обратнояйцевидными орешками с длинным крючковидным придатком.

В Украине и России распространен повсеместно в светлых лесах, лесополосах, среди кустарников, вдоль дорог, на неудобьях и свалках.

С лечебной целью используют главным образом корневища, реже — траву гравилата. В растении содержится гликозид геин, флавоны, дубильные вещества (таниды). По содержанию дубильных веществ гравилат городской превосходит кору дуба.

Применение. Растение широко используется в народной медицине. Настой корневищ и цветков улучшает общее состояние

при истощении, снимает кишечные колики, оказывает отхаркивающее, желчегонное, противорвотное и успокаивающее действие. Гравилат городской проявляет выраженное кровоостанавливающее, противовоспалительное, обезболивающее и ранозаживляющее действие.

Как вяжущее средство гравилат городской применяют при диарее, метеоризме, дизентерии, болезнях печени. Используют его и при лечении энтероколита, гастрита, геморроя, нервных расстройств. Наружно настой гравилата эффективно применяют для полосканий ротовой полости при гингивитах.

ГРАВИЛАТ РЕЧНОЙ

❖ *Geum rivale L.*

Поникниця, одолян-трава, гравілат річковий (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. По внешнему виду гравилат речной сходен с гравилатом городским, однако отличается

от последнего более крупными колокольчатыми цветками с красноватой чашечкой и окрашенной верхней частью стебля. Стебель гравилата речного достигает высоты 25—80 см, имеет красноватый цвет. Листья трехраздельные. Цветки кремовые, с темно-красными жилками, колокольчиковидные, пониклые. В Украине, России и Беларуси распространен повсеместно, произрастает на влажных почвах по берегам рек, озер, ручьев, во влажных лесах, среди кустарников, на заболоченных лугах.

В лечебных целях используют корневища с корнями и траву. В них содержатся дубильные вещества, эфирное масло, а в листьях — каротин (до 37 мг%) и витамин С (до 120 мг%).

Применение. В народной медицине используют кровоостанавливающее, тонизирующее, вяжущее, противовоспалительное, анестезирующее и успокаивающее свойства растения. Настой корневищ с корнями назначают при поносах, маточных и геморроидальных кровотечениях, цинге, головных болях, аллергических заболеваниях, а также как общеукрепляющее средство после перенесенных тяжелых заболеваний. Наружно настой корневищ и травы применяют для полоскания горла при ангине, в виде ванн — при ревматизме, артрите, подагре.

Гравилат относят к малораспространенным овощным культурам — его молодые листья, богатые витаминами, добавляют к салатам, окрошке и т. д.

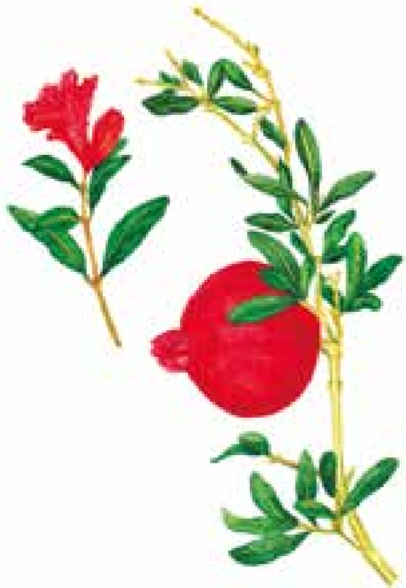
ГРАНАТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Punica granatum L.*

Гранатник звичайний, гранат, гранатний корінь (*укр.*)

Семейство Гранатовые — Punicaceae

Кустарник или небольшое дерево высотой до 10 м, с мощной корневой системой. Ствол неровный, покрытый небольшими шипами. Ветви у молодого растения зеленовато-серые, позже — коричнево-серые. Листья супротивные, ланцетные, гладкие, блестящие. Цветки одиночные или по два-три на побеге, очень красивые, ярко-красные, почти сидячие. Плоды по форме похожи на яблоки, с очень твердой



наружной оболочкой, лимонно-оливкового или розового цвета. Внутри плода находятся 6—12 гнезд с ягодами, число ягод в плоде достигает 600—700. Цветение — в июле—августе, плоды созревают поздней осенью. Родина гранатника — Северная Африка, он широко культивируется в Закавказье и Средней Азии. В Крыму в открытом грунте гранат выращивается как садовое растение.

С лечебной целью применяют плоды и кожуру плодов, а также кору и корни. В коре содержатся алкалоиды изопеллетьерин, метилизопеллетьерин и псевдопеллетьерин, а также много (до 28 %) дубильных веществ.

Применение. В народной медицине плоды гранатника вместе с кожурой применяют при кашле, колитах (воспалениях толстой кишки), простудных заболеваниях и др.

Более эффективно применение коры растения, препараты которой используют при лечении расстройств кишечника и в гинекологии, а также как эффективное противогельминтное средство (против ленточных гельминтов).

Отвар коры гранатника необходимо строго дозировать (не более 1 ч. л. на прием), так как содержащиеся в нем алкалоиды способны вызвать желудочно-кишечные кровотечения и полную слепоту.

ГРЕЧИХА ПОСЕВНАЯ

❖ *Fagopirum sagittatum Gilib.*

Гречка посівна (*укр.*)

Семейство Гречишные — Polygonaceae

Гречиха посевная — широко известная в Украине и России крупяная и медоносная культура. Удивительно, но ни гречиха, ни гречневая крупа почти не известны в странах Западной Европы.

Применение. В народной медицине используют цветки и листья гречихи в виде водного отвара. Отвар цветков рекомендуют пить, как чай, без дозировки, при кашле, часто при склерозе кровеносных сосудов с повышенным давлением (особенно пожилым людям). К такому отвару иногда добавляют траву сушеницы в качестве средства, успокаивающего нервную систему и снижающего артериальное давление. Свежие листья гречихи, хорошо промытые, отжатые до появления сока и сложенные листок к листку, используют наружно, прикладывая в виде компрессов к гнойным ранам и нарывам. Тонко просеянную муку из высушенных листьев используют для присыпки опрелостей.

Свежие листья и цветки гречихи не рекомендуется принимать внутрь во избежание побочных эффектов.

ГРОЗДОВНИК ПОЛУЛУННЫЙ

❖ *Botrychium lunaria L.*

Ключ-трава (*укр.*)

Семейство Ужовниковые — Ophioglossaceae

Многолетний небольшой папоротник высотой до 30 см. Корневище короткое, неразветвленное,

с множеством горизонтальных отходящих корней. Стебель одиночный, на половине высоты разветвляющийся на листовую пластинку и спороносную часть. Листовая пластинка крупная, перисторассеченная на полулунные или почковидные доли. Спороносная часть представлена ветвистой метелкой с несросшимися спорангиями. Спороношение — в июне—июле. Распространен повсеместно в сухих сосновых лесах, на опушках, среди кустарников, на сухих лугах.

Применение. В народной медицине используют надземную часть (траву) гроздовника — как наружное средство при лечении ран и язв.

ГРУША ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Pyrus communis L.*

Груша звичайна, груша дика (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Груша обыкновенная, или дикая, — дерево, иногда достигающее высоты 25 м. Ствол обычно искривленный, часто скрученный, свилеватый, с бурой корой и серыми ветвями, покрытыми укороченными, редуцированными побегами в виде шипов или колючек. Листья длинночерешковые, очередные, округлые или овальные, по краю мелкопильчатые, блестящие, темно-зеленые. Молодые листочки густоопушенные. Цветки актиноморфные (правильные), белые или розовые, пятичленные, собранные в щитки. Цветение — в апреле—мае. Плод — яблоко неправильной формы с очень твердой и терпкой мякотью. Созревают плоды в сентябре. В Украине и южных областях России встречается повсеместно в лесополосах, оврагах, балках, на лесных опушках и т. д. Широко используется в садоводстве как исходный материал для получения подвоев культурных сортов.

В народной медицине с давних времен используются плоды дикой груши. В них содержатся дубильные вещества, пектины, органические кислоты (яблочная, лимонная и др.), аскорбиновая кислота (витамин С) — до 22 мг%, витамины В, РР, сахара, эфирное масло, минеральные соединения.

Применение. Плоды дикой груши очень твердые и терпкие, и обычно перед употреблением или переработкой их выдерживают месяц и более в прохладном месте. Свежие плоды и их отвар (компот, узвар) употребляют при желудочно-кишечных расстройствах. Высушенные в печи плоды являются хорошим средством против поноса. Отвар сушеных плодов помогает при кашле, простудных заболеваниях, действует как жаропонижающее и противолихорадочное средство. Сок плодов дикой груши оказывает мочегонное действие и считается эффективным при мочекаменной болезни.

ГРУШАНКА КРУГЛОЛИСТНАЯ

❖ *Pyrola rotundifolia L.*

Грушанка круглолиста (*укр.*)

Семейство Грушанковые — Pyrolaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, ветвистое, узловатое, от узлов отходят придаточные корни и надземные стебли. Стебли с восходящим основанием высотой до 30 см, слегка ребристые. Листья при основании стебля скученные, частично зимующие, кожистые, глянцевитые, овальные или округлые, почти цельнокрайние или невыраженно городчатые. Один-два верхних (стеблевых) листа — мелкие, чешуевидные. Цветки белые или розовые, со слабым запахом ландыша, собраны в разностороннюю длинную кисть, на длинных отклоненных цветоножках. Венчик пятичленный, чашевидно-округлый, лепестки вогнутые, округло-яйцевидные. Цветение — в мае—июне. Плод — приплюснутая шаровидная коробочка. В Украине встречается в Карпатах, Прикарпатье, Полесье, в Беларуси — повсеместно, в России — в европейской части, на Кавказе, в Сибири и Средней Азии; произрастает в сосновых, смешанных, реже — лиственных лесах, на влажных дерново-подзолистых почвах, иногда среди зарослей брусники, ежевики, черники. Растение довольно редкое, малоизвестное, нуждается в охране.

С лечебной целью используют надземную часть грушанки, собранную во время цветения. В ее состав входят гликозиды (арбутин, метиларбутин), дубильные вещества, сахара, аскорбиновая

кислота (до 60 мг%), гидрохинон, смолы, сапонины, гомоарбутин, химафилин, соединения магния, меди, цинка, бария.

Применение. В медицинской практике препараты из травы и листьев грушанки круглолистной применяют как мочегонное средство при хроническом воспалении мочевого пузыря, воспалении предстательной железы, при хронических почечных заболеваниях, водянке. Измельченные свежие листья используют при лечении труднозаживающих ран.

В народной медицине водный отвар грушанки применяют при заболеваниях горла, ангине, воспалительных процессах в полости рта; для спринцеваний при женских заболеваниях; для профилактики цинги; в виде компрессов к ранам и язвам. В тибетской медицине грушанку используют при заболеваниях печени, костном туберкулезе, опухолях молочной железы и как жаропонижающее.

ГРЫЖНИК ГОЛЫЙ

❖ *Herniaria glabra L.*

Остудник голий, грижниця гола, подвижник, польове мило (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Caryophyllaceae

Однолетнее, реже дву- или многолетнее растение. Корень стержневой, слаборазветвленный. Стебли многочисленные, ветвистые,

длиной 5—15 см, желто-зеленые, лежачие. Листья — длиной до 10 мм, продолговатые или обратнояйцевидные, к основанию суженные в короткий черешок, супротивные. Цветки невзрачные, зеленовато-желтые, мелкие, сидячие, актиноморфные (правильные), собраны по 5—12 в пазухах листьев в верхней части стебля. Лепестки отсутствуют или представлены в виде пяти белых нитей. Плод — шаровидный, односемянный, нераскрывающийся орех, заключенный в чашечку цветка. Цветение — с мая до осени. В Украине распространен повсеместно на сухих, солнечных, песчаных участках, в Беларуси — повсеместно, в России — в европейской части, а также в Западной Сибири.

С лечебной целью используют надземную часть растения, в которой содержатся кумарины, гернианин и умбеллиферон (0,8 %), флавоноиды, кверцетин, рутин и др., тритерпеновый сапонин, при гидролизе расщепляющийся на глюкозу, рамнозу, галактозу и др., алкалоид паронихин.

Применение. В официальной медицине Украины грыжник применяется редко и является предметом экспорта в западноевропейские страны, где используется как мочегонное средство. В народной медицине грыжник голый применяют при лечении мочевого пузыря и почек (нефриты), при венерических болезнях, ревматизме,

подагре, артритах. В старину грыжник использовали для лечения грыжи у детей, чем и объясняется название растения.

По внешнему виду и фармацевтическим свойствам близким видом является грыжник многобрачный, который применяется аналогично грыжнику голому.

Оба растения ядовиты.

ГУЛЯВНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Sisymbrium officinale L.*

Сухоребрик лікарський (*укр.*)

Семейство Капустные (***Крестоцветные***) —
Brassicaceae (***Cruciferae***)

Травянистое однолетнее растение. Стебель разветвленный, высотой 40—60 см, опушенный жесткими волосками. Листья непарноперистораздельные, конечная доля крупнее боковых, нижние — черешковые, верхние — сидячие, при основании копьевидные или стреловидные. Цветки мелкие, светло-желтые, собранные в узкие колосовидные кисти. Цветоножки у стебля тонкие, а возле цветка или плода — утолщенные, равные по толщине стручку (1,5 мм). Стручки в нижней части расширенные, к верхушке шиловидные, прижатые к цветоносу; семена красновато-коричневые, длиной до 2 мм, мелкобугорчатые. Цветение — в июне—июле, плодоношение — в августе. В Украине

гулявник лекарственный встречается повсеместно, обычно на плохо обрабатываемых землях, в засоренных местах, у заборов, строений, вдоль дорог. В России ареал гулявника включает огромную территорию — от Дальнего Востока до Западной Сибири и европейской части.

С лечебной целью используют надземную часть растения, в состав которой входят гликозид синигрин и биокатализатор (фермент) мирозин — при их взаимодействии образуется эфирное горчичное масло. В листьях высокое содержание витаминов A и C.

Применение. В народной медицине трава гулявника лекарственного применяется как мочегонное, отхаркивающее, противоцинготное и ранозаживляющее средство (предпочтительнее использовать свежую, а не высушенную траву). Настои, отвары и свежий сок растения используют при заболеваниях верхних дыхательных путей, а мочегонное действие гулявника позволяет применять его при почечной недостаточности. При поносах и дизентерии гулявник назначают как вяжущее средство. Молодые листья, богатые витаминами, используют в пищу — добавляют в весенние овощные салаты.

ГУСИНЫЙ ЛУК ЖЕЛТЫЙ

❖ *Gagea lutea* (*L.*) *Ker-Gawl.*

Цибулька гусяча, зірочки жовті, часник жовтий (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее растение высотой 8—20 см, один из самых ранних первоцветов. Подземная часть представлена удлиненно-яйцеподобной буровато-серой луковицей туникатного строения диаметром до 1,5—2 см. Стебель прямостоячий, плотный. Цветки правильные, шестилепестковые, лепестки продолговатые, тупозакругленные, длиной 10—16 мм, снаружи зеленоватые, внутри желтые,

собраны в небольшие зонтиковидные соцветия, вмещающие 5—12 цветков. Цветение — с апреля по май, в пасмурную погоду цветки не раскрываются. Прикорневой лист одиночный, шириной около 1 см, стеблевых листьев два, они супротивные, узколанцетные, с краевым опушением. Плод — трехгранная пленчатая коробочка. В Украине и России встречается повсеместно в светлых лесах, на лугах, среди кустарников, на влажных плодородных почвах.

С лечебной целью используют луковицы, в состав которых входит эфирное масло с высоким содержанием серы.

Применение. В народной медицине отвар луковиц рекомендуется употреблять при бронхиальной астме, гепатите, водянке. Свежие измельченные листья прикладывают к ранам, нарывам. Все части растения можно добавлять в весенние салаты и супы для обогащения их витаминами.

ДАТИСКА КОНОПЛЕВАЯ

❖ *Datisca cannabina L.*

Семейство Датисковые — Datiscaceae

Многолетнее двудомное травянистое растение. Корень толстый, разветвленный. Стебли прямостоячие, голые, высотой до 2,5 м. Листья крупные, длиной до 35 см, очередные, черешковые, глубокораздельные, непарноперистые. Цветки мелкие, правильные, без лепестков, собраны в пазухах верхних листьев в кисти длиной до 20 см, которые в свою очередь образуют метельчатые соцветия на верхушках стеблей. Плод — трех-пятикамерная коробочка. В природных условиях датиска растет на Кавказе и в Средней Азии, в поймах горных рек, на склонах, сырых лугах, среди кустарников, по откосам дорог, на селевых выносах. Природные запасы датиски невелики, а введение ее в культуру сопряжено с определенными агротехническими трудностями.

В лечебных целях используют траву датиски, содержащую тритерпеноиды, стероиды (ситостерин), флавоноиды (до 9 %). В листьях содержатся также алкалоиды, органические кислоты, дубильные вещества.

Применение. Растение оказывает желчегонное и противовоспалительное действие. Из травы датиски получают препарат «Датискан», оказывающий противоязвенное и спазмолитическое действие на гладкую мускулатуру тонкого кишечника и желчевыводящих путей. Препарат малотоксичен.

ДЕВЯСИЛ ВЫСОКИЙ

❖ *Inula helenium L.*

Оман високий, дивосил (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, короткое, мясистое, бурое снаружи и белое на изломе, с отходящими длинными толстыми корнями. Корневище и корни обладают специфическим

запахом и жгучим вкусом. Стебель прямой, толстый, ребристый, высотой до 2 м, в верхней части слегка ветвистый. Листья очередные, сверху — жестко опушенные, снизу — войлочно опушенные, сероватые, мягкие, неровнозубчатые. Прикорневые листья крупные (до 50 см), на длинных крылатых черешках; стеблевые — сидячие и стеблеобъемлющие, верхние — ланцетные, мелкие. Цветки золотисто-желтые, собраны в корзинки на верхушках стеблей, краевые цветки корзинок — язычковые, срединные — трубчатые; корзинки до 8—10 см в диаметре, собраны по два-пять в щитковидные соцветия на верхушках стеблей и побегов. Цветение — в июле—августе.

Встречается почти на всей территории России и Украины, чаще всего — в Лесостепи, на Правобережье. В Карпатах отсутствует. Растет на достаточно увлажненных плодородных почвах, в долинах рек и в балках, среди кустарников, на лугах. Иногда выращивается в садах и парках.

С лечебной целью используют корневища с корнями, заготавливаемые осенью (аптечное название — *Radix Inulae*). В корнях девя-

сила содержатся эфирное масло, инулин (до 44 %), следы алкалоидов и сапонинов. В листьях присутствуют фолиевая кислота, витамин Е.

Применение. В официальной медицине корень девясила применяют как отхаркивающее средство при острых и хронических заболеваниях верхних дыхательных путей, трахеобронхитах, а также при туберкулезе и бронхиальном катаре. В народной медицине девясил является одним из самых популярных растений. Настойка корней считается хорошим средством при заболеваниях желудка (гастрит, язва), при язве двенадцатиперстной кишки, а также при заболеваниях сердца, простудных заболеваниях, гипертонии, зубной боли. Отвар цветков, заваренный как чай, используют при бронхиальной астме и при истощении; свежие листья в виде компрессов полезны при лечении ран и язв.

ДЕВЯСИЛ БРИТАНСКИЙ

❖ *Inula Britannica L.*

Дивосил британський (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Двулетнее травянистое растение. Корневище тонкое, с многочисленными придаточными корнями. Стебель одиночный, прямостоячий, высотой до 50—60 см, мягкоопушенный. Листья очередные, мягкие, снизу густо опушены прижатыми волосками, сверху почти голые. Нижние листья эллиптические, верхние — продолговатые, ланцетные. Цветки золотисто-желтые, в корзинках диаметром до 4 см, собранных в щитковидные соцветия на верхушках побегов. Плоды — продолговатые семянки. Цветение — с июня по сентябрь. В Украине встречается повсеместно, преимущественно на увлажненных почвах — на заливных лугах, в прибрежных кустарниках, по берегам озер и рек.

Применение. По химическому составу и фармацевтическому действию растение схоже с девясилом высоким. Оказывает мочегонное, потогонное, вяжущее действие, благотворно влияет на пищеварение.

ДЕРБЕННИК ИВОЛИСТНЫЙ

❖ *Lythrum salicaria L.*

Плакун верболистий (*укр.*)

Семейство Дербенниковые — Lythraceae

Многолетнее травянистое растение. Корень толстый, полуодревесневший. Стебель — высотой 100—150 см, четырехгранный, прямостоячий, жесткоопушенный, с короткими волосками. Листья супротивные; прикорневые — в мутовках по 3—4, верхние — только очередные, сидячие, продолговато-ланцетные, опушенные, темно-

зеленые. Цветки темно-розовые или малиново-фиолетовые, на цветоножках, собраны мутовками на верхушках стеблей в длинные колосовидные соцветия; лепестков шесть. Цветение — с июня до сентябрь. Плод — овальная коробочка. Растение встречается по всей территории Украины, России и Беларуси во влажных местообитаниях — по берегам рек, на заливных и заболоченных лугах, болотах, среди кустарников, в светлых сырых лесах. Дербенник иволистный сходен с дербенником прутьевидным (*Lythrum virgatum L.*), который отличается отсутствием опушения на листьях и стеблях.

В лечебных целях применяют траву и корни дербенника иволистного. В корнях присутствуют дубильные вещества; в траве и листьях — гликозид саликарин, эфирное масло, смолы, дубильные вещества; в цветках — флавоны.

Применение. Дербенник используют как вяжущее и противовоспалительное средство при расстройствах желудочно-кишечного тракта, поносе, дизентерии, катаре желудка и кишечника. Отвар травы применяют как общеукрепляющее и тонизирующее средство. Наружно кашицу из свежих листьев используют для лечения ран. В народной медицине применяют корень — его водный отвар назначают при болях в желудке, маточных кровотечениях, как мочегонное; спиртовую настойку корня используют при желудочных и головных болях, простуде.

ДИОСКОРЕЯ КАВКАЗСКАЯ

❖ *Dioscorea caucasica Lypski*

Діоскорея кавказька (*укр.*)

Семейство Диоскорейные — Dioscoreaceae

Род Диоскорея, насчитывающий более 500 видов, назван в честь древнегреческого врача и ученого Диоскорида. Большинство видов распространены в тропиках и субтропиках. Иногда в литературе встречаются совершенно ошибочные сведения о том, что к роду Диоскорея относится батат (сладкий картофель). На самом деле в тропических странах культивируются батат, принадлежащий

к семейству Вьюнковые, и ямс, принадлежащий к семейству Диоскорейные. Это совершенно различные растения.

На территории СНГ есть два вида диоскореи — диоскорея кавказская и диоскорея ниппонская. Диоскорея кавказская — многолетняя двудомная травянистая лиана. Корневище подземное, толстое, горизонтальное, с множеством спящих почек. Надземная часть не зимует (отмирает, а весной возобновляется из спящих почек). Стебли вьющиеся, длиной до 4 м, цепляющиеся за естественные опоры. Листья яйцевидно-сердцевидные, длиной до 15 см, нижние — мутовчатые, средние — супротивные, верхние — очередные или супротивные. Цветки мелкие, зеленоватые, невзрачные, расположены в пазухах листьев. Плоды — трехгранные трехчленные коробочки диаметром до 3 мм. Семена с круговидным крылом. Цветение — в мае—июне, плодоношение — в июле.

Диоскорея кавказская — реликтовое эндемичное растение, которое в диком виде встречается только в районе Адлера и в Абхазии. Растет на опушках грабово-дубовых лесов, изредка на вырубках, на высоте до 1000 м над уровнем моря. В связи с массовыми

заготовками численность диоскореи катастрофически уменьшилась, и в 1979 году растение было занесено в Красную книгу (во времена СССР действовала правительственная программа заготовки диоскореи для нужд Кремля и отряда космонавтов).

Применение. В состав корневищ и корней диоскореи кавказской входят стероидные сапонины (до 20 %). Это растение служит сырьем для получения препаратов «Диосконин», «Холелитин» и «Полиспонин», эффективных при лечении многих заболеваний, прежде всего атеросклероза сосудов головного мозга и гипертонии (препараты диоскореи применяют как с профилактической целью, так и при выраженных формах заболеваний).

ДИОСКОРЕЯ НИППОНСКАЯ

СИНОНИМЫ: ДИОСКОРЕЯ МНОГОКИСТЕВАЯ, ДИОСКОРЕЯ ЖИРАЛЬДА

❖ *Dioscorea nipponica Makino*

Діоскорея ніпонська (*укр.*)

Семейство Диоскорейные — Dioscoreaceae

Многолетняя травянистая лиана. Корневище толстое (до 3 см), разветвленное, с тонкими шнуровидными корнями. Стебли тонкие (до 0,5 см), голые, травянистые, вьющиеся, длиной до 4 м. Листья очередные, широкояйцевидные, черешковые, длиной до 12 см; нижние — более крупные, семилопастные, средние — трех- или пятилопастные, верхние — более мелкие, без лопастей. Цветки мелкие, шестираздельные, зеленовато-желтые, собраны в кисти, размещенные в пазухах листьев. Семена плоские, с перепончатым крылом, полностью окружающим семя. Цветение — в июле—августе. Диоскорея ниппонская распространена на Дальнем Востоке — в Приморье, Хабаровском крае, в Китае и Японии, является эндемичным видом данного региона. Вводится в культуру как ценное лекарственное растение, трудно поддающееся восстановлению в естественных условиях.

С лечебной целью используют корневища с корнями, реже — надземную часть диоскореи. Из числа входящих в состав корневищ

веществ наиболее ценными в терапевтическом отношении являются стероидные гликозиды диосцин, диосгенин,тигогенин, содержание которых достигает 8 %. Благодаря этим веществам диоскорея ниппонская отнесена к группе гипохолестеринемических лекарственных растений.

Применение. Из сырья диоскореи фармацевтическая промышленность получает препараты «Полиспонин» и «Диосконин», используемые при лечении сердечных и сосудистых заболеваний, в первую очередь атеросклероза.

ДОННИК БЕЛЫЙ

❖ *Melilotus flbus Desr.*

Буркун білий (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Одно- или двулетнее травянистое растение. Корень стержневой с многочисленными боковыми ответвлениями. Стебель прямостоячий, прочный, ребристый в верхней части, высотой до 1,5 м. Листья тройчатые (средний из листочков — на небольшом черешке), обратнояйцевидные или клиновидные, неравнозубчатые. Цветки мелкие, белые, двусторонне симметричные, собраны до 80 штук в узкие длинные кисти в пазухах листьев. Плоды — яйцевидные бобы с одним-двумя семенами. Цветение — с июня по сентябрь. В России

и Украине встречается повсеместно в сухих местах, в балках, вдоль дорог, на пустырях, образуя порой довольно обширные заросли.

В лекарственных целях используется надземная часть растения, в которой содержатся кумарины, мелилотовая и о-кумаровая кислоты, холин, танины, смолы, эфирное масло, аскорбиновая кислота, каротин. Оказывает антикоагулирующее и фибринолитическое действие.

Применение. В медицинской практике используется в виде настоев при атеросклерозе сосудов, при гипертонии; наружно — в виде компрессов и пластырей при фурункулезе (как мягчительное и болеутоляющее средство), мази из листьев и цветков при порезах и ссадинах (в качестве ранозаживляющего). В народной медицине отвар травы применяют для ванн при миозитах, особенно у детей.

Растение ядовито, при длительном употреблении и превышении дозировок может вызвать внутренние кровотечения (кровь в моче).

ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Melilotus officinalis L.*

Буркун лікарський, буркун жовтий (*укр.*)

Семейство Бобовые (Мотыльковые) — Fabaceae (Leguminosae)

Двулетнее травянистое растение. Корневая система стержневая, мощная. Стебель прямостоячий, ветвистый, высотой 0,5—1 м. Листья тройчатые, длинночерешковые, с шиловидными прилистниками. Листочки мелкопильчато-зубчатые, у нижних листьев — обратнояйцевидные, у верхних — продолговатые. Средний листочек — черешковый, боковые — почти сидячие. Цветки мелкие, желтые, повислые, на прочных цветоножках, собраны в многоцветковые длинные пазушные кисти на длинных цветоносах. Плод — очень мелкий боб, чаще всего с одним зеленовато-желтым семенем. Цветение — с июня по октябрь. На территории Украины и России произрастает повсеместно на лугах, склонах балок, возле лесополос, на пустырях, как сорняк в садах, на сухих почвах.

В медицине применяется трава донника лекарственного (аптечное название — *Herba Meliloti*). В ней, в отличие от других ароматных растений, не содержится эфирных масел, а запах обусловлен наличием лактона кумарина. Кроме того, в состав травы входят кумариновая кислота, гликозид мелилотозид, мелилотин, мелилотовая кислота. В семенах во время хранения при определенных условиях образуется дикумарин — вещество, препятствующее свертыванию крови.

Применение. Настой и отвар травы донника лекарственного оказывает отхаркивающее, ветрогонное, болеутоляющее, антикоагулирующее действие. Наружно донник лекарственный применяется как раздражающее средство.

В народной медицине препараты донника лекарственного принимают при стенокардии, рекомендуют его также при ревматизме, бронхите, туберкулезе легких, судорогах, мигрени, климактерических неврозах. Отвар травы принимают внутрь при болезненных менструациях, а также как мочегонное. Наружно делают припарки и обмывания при гнойных ранах и язвах, принимают ванны при заболеваниях яичников.

ДРЕМА БЕЛАЯ, ЛУГОВАЯ

СИНОНИМ: СМОЛЕВКА БЕЛАЯ

❖ *Melandrium album* (*Mill.*) *Garcke*

Зубник, хлопушка (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Cariophillaceae

Однолетнее, иногда двулетнее травянистое двудомное растение. Стебель прямостоячий, вильчато-разветвленный, высотой до 1 м, в верхней части железисто-опушенный, с утолщенными узлами. Листья эллиптические, супротивные, нижние к основанию сужены в черешок, верхние — сидячие. Цветки белые, иногда розовые, однополые, с пятью глубокодвураздельными лепестками, собраны в вильчатое соцветие на верхушке стебля. Днем цветки закрыты, раскрываются к вечеру, издавая приятный аромат. Цветение —

в мае—августе. Плод — яйцевидная коробочка с мелкими семенами. В Украине и России встречается повсеместно, особенно в восточных регионах, на лугах, в садах, на лесных опушках, среди кустарников.

Лекарственным сырьем служит надземная часть (трава). Химический состав изучен недостаточно, известно, что в растении содержатся сапонины.

Применение. Дрема белая обладает противовоспалительным, мягчительным, обезболивающим, кровоостанавливающим, успокаивающим и слабым снотворным действием. В народной медицине водный настой дремы белой применяют при бессоннице, желудочных коликах, суставном ревматизме и заболеваниях почек.

ДРИОПТЕРИС МУЖСКОЙ, ПАПОРОТНИК МУЖСКОЙ

❖ *Dryopteris filix-mas* (*L.*) *Schott.*

Папороть чоловіча, щитник чоловічий, глистник, іванове зілля (*укр.*)

Семейство Щитовниковые — Dryopteridaceae

Многолетнее растение с толстым коротким корневищем, от которого отходят многочисленные корни. Корневище покрыто рубцами от отмерших листовых черешков. От верхушек корневищ и их боковых ответвлений отходят пучки крупных листьев. Листья дваждыперистые, с острозубчатыми краями (в отличие от страусника обыкновенного, у которого листья цельнокрайние), длиной 0,3—1 м, черешки листьев утолщены и покрыты бурыми блестящими чешуйками. Встречается дриоптерис почти на всей территории Украины, России и Беларуси, за исключением южных степных регионов. Растет в лесах и среди кустарников на богатых почвах, в Карпатах иногда образует сплошные массивы на десятках гектаров западных и северных горных склонов. В Степи встречается только во влажных тенистых лесах, расположенных в балках.

Применение. С лекарственной целью используют заготовленные осенью корневища дриоптериса, в которых содержатся филиксовая

и флаваспидиновая кислоты, альбаспидин, горечи, дубильные вещества. Экстракт корневищ (филиксан) применяют как эффективное глистогонное средство в основном при ленточных глистах.

ДРОК КРАСИЛЬНЫЙ

❖ *Genista tinctoria L.*

Дрік красильний, жовтило, дрочник, громобій (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее растение, кустарник высотой до 1,5 м. Корневище мощное, прочное, деревянистое. Стебли прямостоячие, прутьевидные, слегка ребристые. Листья мелкие, короткочерешковые, ланцетные, цельнокрайние, сверху темно-зеленые, снизу более светлые. Края листьев и центральная жилка слегка опушены, при основании листьев есть пара шиловидных прилистников. Цветки яркие, оранжево-желтые, с крупной лодочкой на опушенных цветоносах, собраны в густую кисть на верхушках побегов. Плод — черный голый боб длиной до 2—2,5 см, с пятью-восемью мелкими коричневатыми семенами. Цветение — в июне—июле, плодоношение — в августе—сентябре. В Украине встречается повсеместно на сухих бедных песчаных почвах — на лесных опушках, полянах, часто у дорог, на сухих склонах, в России — преимущественно в южных регионах. Растения-спутники дрока красильного — цмин песчаный и тимьян ползучий (чабрец).

С лекарственной целью используется трава дрока — цветущие верхушки побегов (аптечное название — *Herba Genistae tinctoriae*). В сырье содержатся алкалоиды, в листьях — эфирное масло. В семенах обнаружены алкалоиды анагирин, сидетеин, метилцитизин, цитизин. В цветках присутствуют пигменты лютеолин и генистеин.

Применение. Настой травы дрока красильного стимулирует работу щитовидной железы и оказывает сильное сосудосуживающее действие, кроме того, дрок проявляет мочегонное, желчегонное, слабительное и анестезирующее свойства. Наружно настой травы используют для ванн и примочек при кожных заболеваниях,

подагре, артритах. В народной медицине настой травы дрока рекомендуют при заболеваниях печени и желчного пузыря, настой цветков — при водянке, желтухе, гипотонии.

Растение ядовито.

ДУБ ОБЫКНОВЕННЫЙ, ЧЕРЕШЧАТЫЙ

❖ *Quercus robur L.*

Дуб звичайний (*укр.*)

Семейство Буковые — Fagaceae

Дерево высотой до 35—40 м, ствол — 1—1,5 м в диаметре, крона густая, раскидистая, широкоразветвленная. Кора молодых веток гладкая, буровато-серая, с поперечно расположенными чечевичками; кора на ветвях и стволах старше 10 лет — темно-серая, толстая, с продольными трещинами. Листья удлиненные, обратноовальные, лопастные, скученные ближе к верхушкам побегов, короткочерешковые. Цветки двух типов: пестичные собраны по 1—3 на длинной цветоножке, окружены оберткой в форме чаши-плюски, тычиночные — в свисающих сережках. Плод — желудь (одногнездный орех), почти до половины покрытый плюской. Существует две фенологические формы дуба: ранняя (цветение — в апреле — начале мая) и поздняя (цветение — в конце мая). У ранней формы листья начинают распускаться на две-три недели раньше.

Дуб — самое обычное растение на всей территории Украины и России, одно из любимых в народе деревьев. Это основная лесообразующая порода в степных и лесостепных районах. Близким по экологическим и морфологическим характеристикам является Дуб скальный — *Quercus petraea*.

В медицине применяется кора дуба (аптечное название — *Cortex quercus*). В ней содержится 10—20 % дубильных веществ (галлотанинов), 1,5 % галловой и эллаговой кислот, пентозаны, пектины (до 6 %), флавоноид кверцетин, а также кверцит, левулин, крахмал, флобафен и др. В желудях содержится до 40 % крахмала, 5—8 % дубильных веществ, до 5 % жирного масла, белки.

Применение. Препараты из коры дуба обладают вяжущими, противовоспалительными и противогнилостными свойствами. Отвар коры в виде полосканий применяют при стоматитах, гингивите, фарингите, внутрь — при кровотечениях в желудочно-кишечном тракте, обильных менструациях, заболеваниях печени и селезенки, при отравлении солями меди и свинца, при хронических энтероколитах и цистите. Наружно отвар и порошок коры используют для лечения гнойных незаживающих ран и гнойничковых заболеваний кожи.

ДУБРОВНИК БЕЛОВОЙЛОЧНЫЙ

❖ *Teucrium polium L.*

Самосил білоповстистий (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее растение. Полукустарник, высотой 10—40 см, с беловойлочным опушением. Стебель древеснеющий при основании, с несколькими приподнимающимися, слегка извилистыми ветвями. Листья мелкие, длиной 0,5—3 см, ланцетные или линейно-ланцетные, с тупой вершиной и заостренным основанием, городчато-зубчатые, сидячие, супротивные. Цветки мелкие, 5—8 мм в диаметре, с беловатым венчиком, собраны в головчатые соцветия на верхушках стеблей. Произрастает в южных и центральных регионах, в Украине встречается в Карпатах, Приднепровье и Причерноморье. Растет в степях, на склонах балок, курганов, холмов, на бедных почвах каменистых осыпей, прибрежных песках, меловых обнажениях. Изредка выращивается как декоративное и инсектицидное растение.

С лечебной целью используется надземная часть (трава), содержащая эфирное масло, алкалоиды, дитерпеноиды, иридоиды, стероиды, дубильные вещества, кумарины и витамины.

Применение. В народной медицине отвар и настой травы применяют при гастралгии, пониженной секреторной функции желудка, дизентерии, женских болезнях. Наружно используют в виде компрессов и примочек при экземе и в качестве ранозаживляющего

средства. Эфирное масло применяют как седативное (успокаивающее) средство и при глазных болезнях. Растение проявляет антибактериальную и фунгицидную (антигрибковую) активность, поэтому применяется при микозах, абсцессах, кожных заболеваниях гнойничкового характера.

ДУБРОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Teucrium chamaedrus L.*

Самосил звичайний (*укр.*)

Семейство Яснотковые* (*Губоцветные*) *—
***Lamiaceae* (*Labiatae*)**

Многолетнее травянистое растение высотой до 45 см. Стебель при основании древеснеющий, с приподнимающимися изогнутыми

ветвями красноватого или бледно-зеленого цвета. Листья длиной 1—4 см, яйцевидно-овальные или продолговатые, суженные к основанию, крупногородчатые, супротивные. Цветки мелкие, двугубые, пурпурные, собраны в кистевидные соцветия, сложенные из цветочных мутовок. Венчик длиной до 10—13 мм, пурпурный. Цветение — в июне—июле. В Украине растение встречается в Приднепровье, Карпатах, реже — в Степи. Растет на каменистых склонах, в балках, на опушках лесов, на курганах. Выращивается в садах как декоративное растение.

С лечебной целью используется трава (аптечное название — *Teucri herba*), в которой содержатся стахиоза, эфирное масло, иридоиды, тритерпеноиды, стигмастерин, бета-ситостерин, алкалоиды, холин, витамин С, дубильные вещества, флавоноиды, фенолкарбоновые кислоты. Настои и отвары травы применяют как вяжущее, противолихорадочное, гомостатическое средство.

Применение. В народной медицине дубровник обыкновенный применяют как мочегонное или возбуждающее аппетит средство. Отвар травы используют при диарее, дизентерии, гастралгии, подагре, желчекаменной болезни; наружно — в виде ванн и компрессов при геморрое, фурункулезе, гнойных ранах, ревматизме, глазных заболеваниях.

ДУБРОВНИК ЧЕСНОЧНЫЙ

❖ *Teucrium scordium L.*

Самосил часниковий (*укр.*)

Семейство Яснотковые (Губоцветные) — Lamiaceae (Labiabae)

Многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем. Стебли высотой до 40 см, мохнато-волосистоопушенные, с фиолетовым оттенком, приподнимающиеся. Листья супротивные с короткими междоузлиями, сидячие, продолговато-эллиптические, сверху коротковолосистые, снизу покрыты оттопыренными волосками.

Цветки длиной до 10 мм, трубчато-колокольчатые, светло-коричнево-красные, редко белые, собранные в пазушные соцветия. Растение имеет чесночный запах. В Украине встречается в Карпатах и Приднепровье на болотистых, сырых лугах, по берегам рек, озер, у каналов, на засоленных почвах.

С лечебной целью используется трава дубровника чесночного. В ней содержатся стахиоза, эфирное масло, иридоиды, дубильные вещества, витамины и др. Растение обладает противовоспалительным, антисептическим, мочегонным, гомостатическим, потогонным и антигельминтным действием.

Применение. В народной медицине дубровник чесночный применяют при секреторной недостаточности желудка, как повышающее аппетит средство; при спастическом колите, изжоге, поносе, метеоризме, геморрое — как мочегонное и антигельминтное средство. Наружно используют в виде примочек при гнойничковых заболеваниях кожи. Свежие и высушенные листья дубровника чесночного находят применение в кулинарии как пряность.

ДУДНИК ЛЕСНОЙ

❖ *Angelica sylvestris L.*

Дудник лісовий (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) — ***Apiaceae*** (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище мощное, толстое, мясистое, одревесневающее, диаметром до 5 см и длиной до 8 см; снаружи кольчатое, на изломе выделяется млечный сок со слабым неприятным запахом (в отличие от дягиля лекарственного). Стебель голый, с сизым налетом, внутри полый, в верхней части разветвленный, высотой до 0,7—2 м. Листья крупные; прикорневые достигают длины 80 см, дважды- или триждыперистые, яйцевидные, к вершине заостренные;

верхние — более мелкие, с хорошо развитым стеблеобъемлющим влагалищем.

Цветки мелкие, белые, иногда кремовые или розоватые, собранные в плоский сложный зонтик до 10—17 см в диаметре. Цветение — во второй половине лета. Плоды — сухие двусемянки.

С лечебной целью используют корневища дудника с корнями, в которых содержится эфирное масло. В траве дудника высокое содержание белков (до 11 %), жиров (до 7 %), клетчатки, имеется аскорбиновая кислота (витамин С).

Применение. Настойка корневищ дудника применяется как мочегонное и ветрогонное средство, стимулирует потоотделение и проявляет отхаркивающее действие. Свежий сок листьев и цветков используют наружно (в виде полосканий) при зубной боли. Также настойку корневищ на водке применяют как растирку при радикулите, подагре, ревматизме.

ДУРМАН ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Datura stramonium L.*

Дурман звичайний, дуроп'ян, дурзілля (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Двулетнее травянистое растение. Корень веретенообразный, вертикально расположенный, с множеством обрастающих корешков. Стебель прямостоячий, гладкий, вильчато-ветвистый, высотой до 1—1,4 м, полый внутри. Листья крупные, длиной до 15 см, шириной до 10 см, очередные, длинночерешковые, сверху темно-зеленые, снизу сероватые, с заостренной вершиной и острыми лопастями. Цветки крупные, длиной до 12 см, воронковидные, белые, на коротких цветоножках, расположены в пазухах и разветвлениях стебля и ветвей. Плод — четырехгнездная, реже двухгнездная коробочка яйцевидной формы, покрытая многочисленными твердыми шипами. Семена черные, почковидные, плоские. Цветение — с апреля по сентябрь, плодоношение — с июня до заморозков. В Украине и России встречается повсеместно на плодородных, достаточно увлаж-

ненных рыхлых почвах — вблизи жилья, на свалках, пустырях, возле дорог, по краям полей и т. д.

С лечебной целью используют листья дурмана. В них содержатся алкалоиды гиосциамин, гиосцин, атропин, скополамин, эфирное масло, дубильные и белковые соединения.

Применение. Комплекс алкалоидов дурмана, из которых преобладающим является гиосциамин, входит в состав многочисленных лекарственных препаратов (астматол, аэрон, астматил, скополамин бромоводородный). Препараты дурмана обладают антиспазматическим и успокаивающим действием. Применяют их при бронхиальной астме, болезнях дыхательных путей, невралгии, спазмах и судорогах, коклюше и судорожном кашле. Как обезболивающее используют при сильных спазматических болях в желудке. Наружно дурман применяют как радикальное средство при частичном выпадении матки (сидячие ванны), а также при длительно протекающем ревматизме.

Растение очень ядовито и может применяться только по назначению и под наблюдением врача.

ДУРНИШНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ, КСАНТИУМ

❖ *Xanthium strumarium L.*

Овечий реп'ях, реп'яшок (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Cjmpositae***)

Однолетнее травянистое растение. Стебель высотой до 1,2 м, ветвистый, шершавый, шерстистоопушенный, вверху железистый. Листья шириной и длиной до 10 см, округлые, трехлопастные, с надрезаннозубчатыми краями и сердцевидным основанием, шипов при основании черешка не имеют. Все растение серовато-зеленой окраски (из-за опушения). Цветки с зеленоватым венчиком, собраны в корзинки в пазухах листьев и на верхушках стеблей. Плоды в овальных обертках, опушенные, желтоватые, с прямыми, на концах крючкообразно загнутыми голыми шипами. Цветение — в июле—августе.

Кроме дурнишника обыкновенного с лечебной целью используют близкородственное растение — дурнишник колючий (*Xanthium spinosum L.*), обладающий идентичными фармацевтическими свойствами. Этот вид легко отличить от дурнишника обыкновенного по более низким (до 50 см) стеблям и наличию трехраздельных желтых шипов у основания листьев.

Дурнишник растет как сорняк на необрабатываемых землях — пустырях, свалках, пастбищах, близ жилья, вдоль дорог, на склонах по всей территории Украины и в большей части южных регионов России.

С лечебной целью используют надземную часть растения. В траве содержатся алкалоиды (в наибольшем количестве — во время цветения); в семенах имеется до 40 % жирного высыхающего масла; в плодах — сесквитерпеновые и стероидные сапонины, флавоноиды, кумарины, гликозид ксантострумарин; все части растения богаты йодом.

Применение. Лабораторные исследования показали, что в терапевтических дозах комплекс алкалоидов дурнишника усиливает и замедляет дыхание, расслабляет гладкую мускулатуру кишечника. В народной медицине спиртовую настойку дурнишника применяют прежде всего при заболеваниях щитовидной железы. Отвар травы используют при поносах, в том числе кровавых, отвар корня — наружно в виде примочек и компрессов при кожных заболеваниях.

Растение ядовито.

ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Origanum vulgare L.*

Материнка звичайна, душанка, ориган (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) — ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, разветвленное, образующее длинные тонкие боковые придаточные корни. Стебель прямостоячий, высотой 35—90 см, четырехгранный, волосистый, ветвистый от основания. Листья супротивные, черешковые, продолговато-яйцевидные, покрыты короткими волосками, по краям реснитчатые. Цветки красновато-лиловые или розово-лиловые, на коротких цветоножках, собраны на верхушке стебля в довольно крупное щитковидно-метельчатое соцветие. Плод из четырех светло-серых или коричневатых гладких орешков. Цветение — с июля по сентябрь, плодоношение — в августе—сентябре. Встречается почти на всей территории Украины, кроме высокогорья Карпат и засушливых степных районов, в европейской части Российской Федерации.

Обычное растение на лесных полянах и опушках, в редких светлых лесах, среди кустарников, на приречных склонах, в старых садах, на залежных землях.

Лекарственным сырьем служит трава, заготавливаемая в период цветения. В ней содержатся до 1 % эфирного масла, в состав кото-

рого входят фенолы (тимол и карвакрол), геранилацетат, свободные спирты, дубильные вещества, витамин С. В семенах имеется до 28 % быстровысыхающего жирного масла.

Применение. В медицинской практике трава душицы (в виде настоев) применяется как успокаивающее средство при нарушениях функций центральной нервной системы, при бессоннице, нервных расстройствах; как средство, усиливающее секреторную деятельность желудка и перистальтику кишечника, при атонии; как отхаркивающее средство при бронхитах. Эфирное масло применяют при зубной боли как анестезирующее средство.

В народной медицине душица — одно из самых популярных растений. Ее применяют при бессоннице, заболеваниях печени и желудка и особенно при женских заболеваниях.

Употребление душицы противопоказано при беременности и повышенной секреторной деятельности желудка.

ДЫМЯНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ, ИЛИ АПТЕЧНАЯ

❖ *Fumaria officinalis L.*

Рутка лікарська, дика рута, димниця (*укр.*)

Семейство Дымянковые — Fumariaceae

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, маловетвистый, слаборазвитый. Стебель одиночный, прямостоячий или восходящий, иногда стелющийся, высотой до 30 см, тонкий, раскидисто-ветвящийся. Листья очередные, нижние — черешковые, верхние — сидячие, дважды- или триждыперисторассеченные, с узколанцетными клиновидными долями. Дымянка — сизовато-зеленого, дымчатого цвета, из-за которого и получила свое название. Цветки с пурпурно-розовым венчиком, лепестки зеленоватые по краю, со шпорой, длиной 7—9 мм, собраны в пазушные кисти. Цветение — в мае—июне. Плод — обратнояйцевидный орешек, вдавленный на вершине. После созревания семян растение отмирает, но в дождливые годы новые всходы появляются все лето. Встречается на всей территории Украины, в южных областях и центральных регионах России (кроме Арктики) — как сорняк на полях, огородах, по обочинам дорог, у лесополос и т. д.

С лечебной целью используется трава дымянки. В ней содержатся алкалоид протопин, горечи, фумаровые кислоты, смолы, слизи, органические кислоты, витамины С и К. Препараты дымянки применяются как средство, вызывающее аппетит, улучшающее действие желудочно-кишечного тракта, как гипотензивное и желчегонное. Трава дымянки является предметом экспорта.

Применение. Отвар дымянки используют при геморрое, хронических поносах, туберкулезе легких; в качестве спазмолитического средства при заболеваниях желчных путей, при спастическом запоре, язве желудка, метеоризме; наружно применяют при кожных сыпях и геморрое, при чесотке.

Растение ядовито, при внутреннем применении препаратов дымянки необходимо строго придерживаться назначенной дозировки.

ДЫНЯ ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Cucumis melo L.*

Диня звичайна (*укр.*)

Семейство Тыквенные — Cucurbitaceae

Общеизвестная бахчевая культура, с древнейших времен введенная в культуру. В Украине выращивается в основном в южных регионах. В диком виде не встречается.

Дыня — однолетнее однодомное травянистое растение. Корневая система хорошо развита, стержневой корень достигает глубины 4 м, боковые придаточные корни размещены преимущественно в пахотном слое почвы. Стебли длинные, до 3 м, жесткоопушенные, сильноветвистые, внутри полые, с усиками. Листья округлые или почковидные, часто пятилопастные, длиной до 14 см, шириной до 20 см. Цветки крупные, желтые или оранжевые, венчик глубокопятираздельный. Мужские цветки собраны по 5—10 в щитковидные соцветия, женские — одиночные, крупнее мужских. Плоды округлые или продолговато-округлые, их форма и размер зависят от принадлежности к той или иной сортовой группе. Масса плодов может достигать 20 кг (у среднеазиатских сортов). Семена длиной 0,5—1,5 см, белые или кремовые.

С лечебной целью используют плоды дыни. В них имеется до 18 % сахаров, аскорбиновая кислота, витамин PP, высокое содержание фолиевой кислоты. Есть каротин, пектины, азотистые вещества, жиры, эфирное масло, минеральные соли (особенно много соединений железа, которые легко усваиваются организмом).

Применение. Плоды дыни и сок из внутренней части плодов оказывают тонизирующее, мочегонное, желчегонное, противовоспалительное, слабительное действие. Дыня является эффективным лечебным средством при почечнокаменной болезни, ревматизме, подагре; очень полезна при анемии, что объясняется высоким содержанием железа. В народной медицине дыню назначают при истощении и малокровии, атеросклерозе, особенно пожилым людям, при реабилитации после перенесенных тяжелых заболеваний печени.

Употребление дыни ограничивают или исключают из рациона людей, страдающих сахарным диабетом, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки, дизентерией и другими кишечными расстройствами. Нельзя совмещать употребление дыни с молоком, холодной водой и алкоголем.

ДЯГИЛЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Archangelica officinalis* (*L.*) *Hoffm.*

Дягель лікарський (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Двулетнее травянистое растение, иногда развивается в трехлетнем цикле. Корневище мощное, длиной до 30 см, толщиной до 5 см, редьковидное, на изломе выделяющее белый или желтоватый млечный сок. Стебель прямой, дудчатый (полый внутри), цилиндрический, тонкобороздчатый, внизу красноватый, вверху слегка фиолетовый, достигает высоты 2—2,5 м. Листья крупные, до 80 см, голые, очередные, дважды- или триждыперистые, пильчатые или зубчатые по краю, прикорневые листья на длинных черешках, верхние — менее рассеченные, сидячие, со вздутыми по краю пленчатыми влагалищами, мелкопильчатые по краю. Цветки мелкие, пятилепестные, зеленовато-белые, собраны в полушаровидные зонтики на верхушках побегов. Цветение — в июле—августе. Растение имеет приятный аромат. В Украине встречается на Полесье и в Лесостепи, реже в Степи на влажных почвах — вблизи водоемов, по берегам рек, на влажных лугах, в России — в европейской части и в Западной Сибири.

С лекарственной целью используют корневища дягиля с корнями (аптечное название — *Radix Archangelicae*). В них содержатся эфирное масло, дубильные вещества, горечи, смолы, органические кислоты, в том числе ангеликовая, каротин. В состав эфирного масла входят феландрен, пинен, цимол, спирты, сесквитерпены, из корней выделены производные кумарина (императорин, умбеллиферон, бергаптен и др.).

Применение. В официальной медицине настой корневищ дягиля применяют в качестве спазмолитического средства при спазмах внутренних органов с гладкой мускулатурой, как потогонное и отхаркивающее — при заболеваниях органов дыхания (бронхиты, ларингиты). В народной медицине отвар корней используют при гастрите, поносе, отвар цветущей травы — при воспалениях дыхательных путей и массовых эпидемических заболеваниях (тиф, скарлатина); наружно применяют как растирку при ревматизме.

ЕЖЕВИКА СИЗАЯ

❖ *Rubus caesius L.*

Ожина сиза (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Стелющийся полукустарник или кустарник с длинными, до 1,5—2 м, стеблями. Однолетние побеги дугообразно выгнуты, покрыты сизым налетом, густо усеяны острыми шипами, направленными назад. Стебли способны укореняться верхушками. Листья тройчатые, нижние иногда пятидольные, на опушенных и колючих черешках, часто с шиповатыми жилками. Средний листочек черешковый, он крупнее боковых, почти сидячих. Цветки крупные, до 2 см в диаметре, пятираздельные, белые, собраны в редкую щитковидную кисть. Плоды черные, с сизым пруиновым налетом, сочные, мясистые, кисло-сладкие, многокостянки. В последние десятилетия активно вводится в культуру, имеется много селекционных и гибридных форм, в том числе ежевично-малинные гибриды. В Украине встречается повсеместно на хорошо освещенных и увлажненных местах — по берегам водоемов, на лугах, лесных опушках, среди кустарников, в балках и оврагах, в России — повсеместно в европейской части, на Кавказе, в Западной Сибири.

С лечебной целью используются плоды и листья, реже — корни ежевики. В плодах содержатся сахара (глюкоза — 3,15 %, фруктоза — 3,14 %, сахароза — до 1 %), дубильные вещества, пектины, органические кислоты (преимущественно яблочная), каротин, аскорбиновая кислота, витамины группы В, соединения калия,

меди, марганца. Растение оказывает вяжущее, кровоостанавливающее, потогонное и противовоспалительное действие.

Применение. В народной медицине препараты ежевики применяются очень широко. Отвар ягод (свежих или сушеных) употребляют как поливитаминное, слабительное, потогонное средство; используют для улучшения функции кишечника. Отвар листьев употребляют для полоскания рта при стоматитах, гингивитах, внутрь — при гриппе, нервных расстройствах, при поносах. Отвар веток и корней пьют, а также полощут им горло при ангине. Люди, которые много путешествуют, охотники и рыболовы с давних времен считают чай из листьев ежевики лучшим средством для восстановления сил.

ЕЖОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ, КУРИНОЕ ПРОСО

❖ *Echinochloa crus-galli* (*L.*) *Beauv.*

Плоскуха звичайна, мишій, куряче просо (*укр.*)

Семейство Мятликовые (*Злаковые*) — ***Poaceae*** (***Gramineae***)

Однолетнее травянистое растение. Корневая система мочковатая, хорошо развитая. Стебель высотой 15—100 см, ветвистый от основания, прямостоячий или ступенчато (коленчато) изогнутый в нижних узлах. Листья тускло-зеленые, шириной до 2—2,5 см, линейные, голые, по краям острошероховатые. Соцветие метельчатое, часто одностороннее, длиной до 20 см. Колоски одноцветковые, яйцевидные, длиной около 3 мм, с тремя колосковыми чешуями, почти сидячие, собраны по 2—4 с одной стороны веточек кисти. Цветение — в июле—сентябре. Плод — зерновка. Самое обычное растение на всей территории Украины и России, встречается массово на лугах, берегах водоемов, вдоль дорог, на полях и огородах, как массовый сорняк.

С лечебной целью ежовник обыкновенный использовался с древнейших времен в китайской народной медицине, и сведения о его лечебных свойствах постепенно достигли Европы. В народной медицине используют траву, собранную во время цветения, а также

семена и корни. В семенах содержится эфирное масло, в состав которого входит терпеноид савамилетин.

Применение. Настой травы применяют как потогонное и противолихорадочное средство при простудных заболеваниях. Настой и отвар травы и семян используют также как тонизирующее, кровоостанавливающее и общеукрепляющее средство. В китайской народной медицине ежовник широко применяется как средство, улучшающее работу селезенки.

ЕЛЬ ЕВРОПЕЙСКАЯ, ИЛИ ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Picea abies* (*L.*) *Karst.*

Ялина звичайна, смерека (*укр.*)

Семейство Сосновые — Pinaceae

Дерево первой величины, высотой до 50 м, одна из основных лесообразующих пород. Крона остроконечная, кора стволов серая,

у старых деревьев отслаивающаяся чешуйками; молодые веточки продольнобороздчатые, хвоя темно-зеленая, четырехгранная, длиной до 15—20 мм.

Мужские стробилы («соцветия») из собранных вместе пыльников расположены в нижней части кроны, женские — ближе к вершине дерева. Зрелые шишки цилиндрические, коричнево-каштановые, блестящие, свисающие, длиной 10—15 см, шириной 3—4 см после раскрывания; семена с крылатками, семенные чешуи длиной до 25 мм и шириной до 18 мм. Урожай шишек бывает один раз в три-четыре года, в остальные годы плодоношение отсутствует либо очень слабое.

Кроме ели европейской известно еще около 10 видов елей (сибирская, саянская, восточная и др.), способных давать гибридное потомство. Южная граница распространения ели почти точно совпадает с северной границей черноземных земель. В Украине ель европейская растет преимущественно в Карпатах, реже в Прикарпатье, в отдельных местностях на Полесье и западной Лесостепи. Очень теневыносливое и морозостойкое дерево, возраст может достигать 500 и более лет.

С лечебной целью используют почки, шишки, хвою, живицу (смолу) ели и продукты их переработки. В хвое ели обнаружены эфирное масло, аскорбиновая кислота, дубильные вещества, смолы, фитонциды, минеральные соли. Содержание витамина С может достигать 300—400 мг%.

В коре содержится большое количество дубильных веществ (7—16 %), в смоле (живице) — терпентин, эфирное масло, муравьиная и янтарная кислоты.

Применение. Хвоя ели оказывает мочегонное, потогонное, желчегонное и противоцинготное действие. Отвар молодых веточек с шишками применяют для ингаляций при воспалительных процессах в органах дыхания, отвар хвои — для ванн при лечении радикулита. Из ели получают скипидар, препараты терпингидрат и пинабин, используемые при кашле и как жаропонижающее средство, а также как анестезирующее и спазмолитическое средство при почечной колике. С древнейших времен отвар еловой хвои применяют как противоцинготное средство. Для лечения гнойных ран и кожных изъязвлений наружно используют мазь из живицы, пчелиного воска и подсолнечного (или оливкового) масла в равных частях.

ЖЕЛТУШНИК ЛЕВКОЙНЫЙ

❖ *Erysimum cheiranthoides L.*

Жовтушник лакфіолеподібний (*укр.*)

***Семейство Капустные** (**Крестоцветные**) —*
***Brassicaceae** (**Cruciferae**)*

Двулетнее травянистое растение. Корень вертикально расположенный, стержневой, маловетвистый, белый, с характерным запахом. Стебель прямой, высотой 30—100 см, прямостоячий, ветвистый, ветви косо направлены вверх, бороздчатый, покрытый прижатыми

двухраздельными волосками. Листья очередные, длиной до 10 см, продолговато-ланцетные, нижние — короткочерешковые, верхние — сидячие, суженные к вершине и основанию, цельнокрайние или редкозубчатые, покрыты прижатыми трехраздельными волосками. Цветки мелкие (до 5 мм), желтые, в верхушечных и пазушных кистях. Плоды — четырехгранные, прямостоячие или отклоненные стручки длиной 2—4 см. Семена желтые, многочисленные. Цветение — с мая до глубокой осени. Встречается на всей территории Украины (кроме Карпат и южных степных районов). В России растет повсеместно от Дальнего Востока до западных регионов европейской части. Произрастает в сорных местах, на лугах, у дорог, на залежных землях, иногда образует изреженные заросли.

С лечебной целью используют траву (*Herba Erysimi cheiranthoides*). В ней содержится гликозид сердечного действия эризимин, обладающий высокой физиологической активностью.

Применение. Желтушник используют для получения экстракта, применяемого при сердечно-сосудистой недостаточности, гипертонической болезни, кардиосклерозе. Из корня желтушника левкойного готовят препарат «Корезид».

ЖЕЛТУШНИК РАСКИДИСТЫЙ (ЖЕЛТУШНИК РАССЕЯННЫЙ, ИЛИ ЖЕЛТУШНИК СЕРЫЙ)

❖ *Erysimum diffusum Echrh.*

Жовтушник сіруватий, жовтушник розлогий (*укр.*)

Семейство Капустные (***Крестоцветные***) — ***Brassicaceae*** (***Cruciferae***)

Двулетнее травянистое растение. Корень стержневой, слаборазветвленный. Стебель одиночный, разветвленный, высотой 30—90 см, с восходящими ветвями. Все растение опушено прижатыми двухраздельными волосками. Листья продолговато-ланцетные или линейные, очередные, нижние — постепенно суживающиеся к основанию в короткий черешок, остальные — сидячие, коротко заостренные, цельнокрайние или зубчатые. Цветки желтые, лепестки вдвое длиннее

чашелистиков, четырехраздельные, собраны в верхушечные длинные кисти. Цветение — в мае—июне. Плод — четырехгранный стручок, косо направленный вверх, длиной до 9 см, сероватый от опушения, зеленоватый по ребрам. Семена желто-коричневые, созревание плодов и семян — в июне—июле. Встречается на всей территории Росии и Украины за исключением Карпат и южной полынной степи. Растет на склонах балок и холмов, речных долин, вдоль дорог, иногда крупными куртинами. Численность значительно варьирует по годам в зависимости от погодных условий.

С лечебной целью используют траву и семена. В траве содержатся гликозиды эризимин и эризид, которые применяются как быстродействующее кардиотоническое средство. Свежий сок травы входит в состав препарата «Кардиовален». Из семян получают препарат «Эризимозид».

Применение. В народной медицине настойку и настой травы назначают при острой и хронической сердечной недостаточности, а также при гипертонической болезни, стенокардии и кардиосклерозе. Действие препаратов желтушника раскидистого подобно действию строфантина, однако выводятся из организма эти гликозиды значительно быстрее. Кроме того, желтушник оказывает отхаркивающее и мочегонное действие.

ЖЕНЬШЕНЬ

❖ *Panax schinseng* (*Nees*) *V. Esenb.*

Женьшень звичайний (*укр.*)

Семейство Аралиевые — Araliaceae

Многолетнее травянистое растение, в естественных условиях достигает возраста 100 и более лет. Корень мясистый, ароматный, цилиндрический, с кольцевато-сморщенной поверхностью, внизу разветвленный, что придает ему форму, напоминающую фигуру человека (в дословном переводе «женьшень» означает «человек-корень»). Величина корня (длина и толщина) зависят от возраста растения. Стебель одиночный, прямой, высотой до 30—50 см, круглый, у основания с мясистыми чешуйками, несущий на вершине

мутовку из двух-трех, иногда пяти листьев. Листья черешковые, пальчатопятираздельные, в центре листовой мутовки находится цветочная стрелка (цветонос) — прямая, тонкая, цилиндрическая, продольнобороздчатая, внутри полая, зеленого или буро-красного цвета. Цветки мелкие, диаметром до 2 мм, зеленовато-белые, обоеполые, собраны по 5—16 в цветочные зонтики. Цветение — в июне—июле, созревание плодов — в августе—сентябре. Плод — костянка фасолевидной формы, ярко-красного цвета, с одним-двумя семенами (косточками). Естественный ареал женьшеня — Северная Корея, Китай, Приморский край и юг Хабаровского края. В связи с интенсивным сбором растение почти не встречается в природных условиях и активно вводится в культуру.

С лечебной целью используется корень женьшеня в возрасте не менее шести лет. Высокой биологической активностью обладают содержащиеся в корнях женьшеня гликозиды (панаксапонин, панаквилон, панаксозиды А и В), а также эфирное масло, панаксовая кислота, слизи, смолы, витамины С и группы В, некоторые радиоактивные вещества. Лабораторными опытами установлено, что

биоактивность культивируемого женьшеня в полтора-два раза ниже, чем дикорастущего.

Применение. Как в официальной, так и в народной медицине женьшень применяют очень широко. Препараты из женьшеня и спиртовые настойки употребляют при атеросклерозе и нервном истощении, как тонизирующее и стимулирующее средство при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, психических заболеваниях, диабете, импотенции. Женьшень оказывает выраженное адаптогенное действие (повышает устойчивость организма к вредным воздействиям), повышает умственную и физическую работоспособность. Эффективно применение женьшеня в период восстановления организма после перенесенных тяжелых заболеваний и сложных хирургических вмешательств.

ЖЕРУХА ЛЕКАРСТВЕННАЯ, КРЕСС ВОДЯНОЙ

❖ *Nasturtium officinale* (*L.*) *R. Br.*

Настурція лікарська (*укр.*)

Семейство Капустные (Крестоцветные) — Brassicaceae (Cruciferae)

Многолетнее травянистое растение. Стебель бороздчатый, внутри полый, у основания восходящий или приподнимающийся, высотой 10—60 см, разветвленный. Супротивные перисторассеченные листья размещены на стебле попарно, верхний листок более крупный, овальной формы. Листочки сидячие, выемчато-городчатые. Цветки белые, в корот-

кой кисти на вершине стебля, четырехлепестковые. Цветение — с мая по сентябрь. Плод — округло-продолговатый стручок. В Украине растение встречается довольно редко в Карпатах, в лесостепной и на западе степной зоны по берегам рек, ручьев, на болотах, это типичное прибрежное растение; в Беларуси и России — часто.

С лечебной целью используют надземную часть растения (траву). В ней содержится значительное количество йода (5 мг%), аскорбиновая кислота, каротин, горчичное эфирное масло, гликозид гликонастурцин, органические кислоты, сахара и микроэлементы.

Применение. Жеруху лекарственную используют только в народной медицине, преимущественно в свежем виде (при сушке многие биологически активные вещества разрушаются). Свежий сок жерухи употребляют при заболеваниях печени, почечнокаменной болезни, а также при всех видах катаров желудка и как легкое слабительное. Отвар из свежей травы жерухи лекарственной применяют для нормализации обмена веществ при кожных заболеваниях, а молодые листья употребляют в пищу как витаминную добавку к салатам.

ЖИВОКОСТЬ ПОЛЕВАЯ

❖ *Delphinium consolida L.*

Сокирки польові (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Однолетнее травянистое растение. Из 96 видов живокостей полевая живокость наиболее распространена. Корень растения — стержневой, неветвистый. Стебель прямостоячий, метельчатоветвистый, высотой 30—50 см, опушенный короткими прижатыми волосками. Листья ажурные, многократно перисторассеченные на узкие линейные доли, нижние — черешковые, верхние — сидячие. Цветки яркие, фиолетово-синие, неправильные, околоцветник пятичленный, с верхним листочком в виде длинного полого шпорца, в рыхлых кистевидных соцветиях. Цветение — в июне—июле. Плод — одиночная неопушенная листовка. В Украине и России встречается повсеместно вдоль полевых дорог, по краям полей, в лесополосах.

С лечебной целью используют траву и цветки живокости. В них содержатся алкалоиды, флавоноиды, гликозид дельфинин, аконитовая кислота, высший спирт маннит, пигменты. Семена содержат до 28 % жирного масла, в состав которого входят курареподобные алкалоиды. Алкалоид кондельфин снижает мышечный тонус и может обездвижить тело.

Применение. В официальной медицине живокость полевая применяется в хирургии. В Украине растение используется только в народной медицине. Чаще всего траву живокости полевой используют как противовоспалительное, отхаркивающее и мочегонное средство; наружно — как полоскание при зубной боли, примочки к глазам (отвар цветков), как глистогонное средство, при женских заболеваниях.

Растение ядовито, и любое его применение допустимо только под наблюдением врача.

ЖИВОКОСТЬ СЕТЧАТОПЛОДНАЯ

❖ *Delphinium dictyocarpum DC.*

Дельфіній сітчастоплідний (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебель прямой, голый, ребристый, высотой 60—100 см. Листья очередные, пальчаторассеченные на пять-семь долей, с сердцевидным основанием, голые или с редкими волосками снизу по жилкам и краю. Цветки неправильные, на тонких отклоненных цветоножках, пятичленные, без зеленой чашечки, темно-синего цвета; верхний лепесток образует полый шпорец, остальные — с тупой вершиной. Плод — многосемянная листовка длиной до 1 см. Семена гладкие, почти трехгранные, по ребрам узкопленчатокрылатые. Цветение — в июне—августе, созревание плодов и семян — в августе—сентябре. В дикорастущем виде растение встречается в горных районах Южного Алтая, в Украине выращивается в культуре.

Применение. С лечебной целью используют траву живокости сетчатоплодной, содержащую алкалоиды, из которых важнейшим

в медицинском отношении является метилликаконитин (до 0, 65 %). Из этого алкалоида получают препарат «Метилликтин», обладающий курареподобным действием.

Растение сильно ядовито.

ЖИВОКОСТЬ СПУТАННАЯ

❖ *Delphinium confusum M.Pop.*

Дельфіній плутаний (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебель высотой до 65 см, по всей длине густовойлочноопушенный, облиственный в нижней части. Листья длинночерешковые, черешки, как и стебель, длинноволосистые, при основании расширенные. Листья округлопочковидные, с обеих сторон густоопушенные по жилкам, трижды рассеченные на крупнозубые доли. Цветки неправильные, со шпорцем,

темно-фиолетовые, на цветоножках, собраны в густую простую кисть. Плод — трехлистовка. Цветение — в июне—августе.

В природных условиях живокость спутанная встречается в высокогорных районах Киргизии и юго-восточной части Казахстана. В Украине выращивается в культуре.

Из других видов живокостей лекарственное значение имеет живокость высокая — *Delphinium elatum L.*, содержащая алкалоид элатин. В настоящее время почти не используется в медицинских целях.

Применение. В лечебных целях применяют траву живокости спутанной, содержащую алкалоиды, наиболее ценным из которых является кондельфин (до 0,9 %). На его основе готовят препараты, обладающие курареподобным действием.

Растение сильно ядовито.

ЖИВУЧКА ЛАКСМАНА

❖ *Ajuga laxmannii* (*L.*) *Benth.*

Горлянка Лаксмана, косарське зілля (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) — ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище утолщенное, разветвленное, древеснеющее. Стебли многочисленные, разветвленные, четырехгранные, высотой 20—50 см, диаметром до 8 мм, мягкоопушенные густыми волосками, густооблиственные. Листья продолговатые или овально-эллиптические, длиной 30—50 мм, шириной 15—30 мм, сидячие, серо-зеленые, шерстистоопушенные. Цветки колокольчатые, длиной до 35 мм, на цветоножках, опушенные, расположенные по два в пазухах верхушечных листьев, образуют удлиненное соцветие. Венчик желтый или темно-оливковый, с продольными темными штрихами, с длинной, отогнутой книзу губой, боковые лопасти которой широкояйцевидные, средняя — двураздельная. Плоды четырехорешковые, семена — по одному в каждом орешке, обратнояйцевидные, светло-бурые, сетчато-морщинистые. Цветение — с мая по июнь. В Украине встречается в южных и юго-восточных регионах на открытых степных склонах, холмах, среди

кустарников, на лесных опушках, в Крыму — на сухих каменистых склонах, в предгорьях на известковых и меловых обнажениях.

Применение. С лечебной целью используют траву, химический состав которой изучен недостаточно. Препараты живучки Лаксмана применяют при лечении желудочных заболеваний и заболеваний простудного характера.

ЖИМОЛОСТЬ СЪЕДОБНАЯ

❖ *Lonicera edulis Turcz.*

Жимолость їстівна (*укр.*)

Семейство Жимолостные — Caprifoliaceae

Листопадный кустарник высотой 0,8—1,5 м. На стволиках и многолетних побегах кора буровато-серая, сильно шелушащаяся, мочалистая. Молодые побеги поникающие, с красноватой корой, опушенные. Листья ланцетные или продолговатые, супротивные, длиной до 6 см, шириной до 2 см, с тонкими щетинками по краю листовой пластинки и маленькими черешками. В первой половине

лета листья имеют желто-зеленую окраску, позже — голубовато-зеленую. Цветки желтые, поникающие, с двойным сростнолепестным пятичленным околоцветником, на коротких (до 7 мм) цветоносах в пазухах листьев. Плод — эллиптическая, сочная, длиной 9—12 мм, ягода, черного цвета с интенсивным сизо-голубым налетом и многочисленными семенами. Созревание плодов — в июле. В природе жимолость съедобная распространена в Восточной Сибири, Забайкалье. Там же встречается близкий ей вид — жимолость алтайская. В Украине выращивается в садах и парках как декоративная и ягодная культура.

С лечебной целью используют плоды жимолости, по вкусу напоминающие голубику, с едва заметной горчинкой. В них содержатся сахара (фруктоза, глюкоза, сахароза, галактоза) — до 13 %, органические кислоты (1 %), флавоны, витамин С (до 50 мг%), витамин Р (400—1500 мг%), катехины, антоцианы, каротиноиды, пектиновые вещества.

Применение. В народной медицине жимолость применяют как противоцинготное, сильное мочегонное, антисептическое и противовоспалительное средство. Свежие ягоды и продукты их переработки используют при лечении гипертонической болезни, заболеваний желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой системы, печени, при сахарном диабете, при хронических запорах и поносах, а также как мочегонное при отеках любого происхождения. Особенно эффективным мочегонным средством является отвар молодых веточек с листьями. Наружно отвар веточек используется для полоскания горла при простудных заболеваниях, а порошок из высушенных листьев применяют для присыпания ран.

ЖОСТЕР СЛАБИТЕЛЬНЫЙ

❖ *Rhamnus cathartica L.*

Жостір проносний, крушина терниста, проскурняк, чорноягідник (*укр.*)

Семейство Крушиновые — Rhamnaceae

Сильно ветвистый кустарник или небольшое деревце высотой до 5—6 м. Ствол и скелетные ветви искривленные, покрытые почти

черной шероховатой, растрескивающейся, отслаивающейся корой. На молодых ветвях кора красно-коричневая, блестящая, гладкая. Побеги почти всегда оканчиваются колючками. Листья на молодых побегах расположены супротивно, на более старых собраны пучками. Сверху листья темно-зеленые или слегка сероватые, снизу — светлее, иногда тонкоопушенные, различные по форме — от эллиптических до округлых. Шипы расположены также и в развилках ветвей. Цветки четырехраздельные, однополые, зеленовато-белые, собраны по 10—15 в пазушных соцветиях. Цветение — в мае—июне. Плод — шаровидная костянка диаметром 0,5—0,8 см, синевато-черная, блестящая, созревание — в августе—сентябре. Встречается на всей территории Украины и России в светлых лесах, среди кустарников, на лесных опушках и полянах.

С лечебной целью применяют плоды жостера слабительного. В них содержатся оксиметилантрахиноны (до 1 %), флавоноиды (рамноцитрин, рамнетин, камферол, кверцетин), а также сахара и пектиновые вещества. В коре содержатся антрагликозиды (до 0,7 %), дубильные вещества, в листьях — до 3 % аскорбиновой кислоты.

Применение. Плоды жостера оказывают длительное слабительное действие при атонических и хронических запорах. В народной медицине отвар плодов и ветвей применяют при язве желудка, катаре, пониженной кислотности. Отвар ветвей назначают и наружно как ранозаживляющее средство, а настой плодов на водке используют для растираний при ревматизме.

ЗАЙЦЕГУБ ОПЬЯНЯЮЩИЙ

❖ *Lagochilus inebrians Bunge*

Зайцегуб п’янкий (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) — ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Многолетний полукустарник. Корневище многоглавое, переходящее в стержневой корень. Стебли древеснеющие, ветвистые, высотой 20—60 см, густооблиственные. Листья широкояйцевидные, в основании суженные, клиновидные, трех-пятираздельные, с широкими округлыми цельнокрайними или зубчатыми лопастями, покрыты многочисленными волосками. Нижние листья длинночерешковые, верхние — сидячие. Цветки неправильные, белые или бледно-розовые, с коричневыми волосками. Верхняя часть цветка характерно раздвоена (отсюда название «зайцегуб»). Плоды состоят из четырех орешков, голые, желтовато-серые, с острыми гранями. Цветение — в мае—июне, плодоношение — в августе—сентябре. В естественных условиях произрастает в Средней Азии (Узбекистан, Таджикистан) на хорошо освещенных южных склонах. Может выращиваться в культуре в южных регионах Украины, в Крыму.

С лечебной целью используют надземную часть растения в период полного цветения. В траве зайцегуба содержится дитерпеновый спирт лагохилин (основное действующее вещество), дубильные вещества, сахара, эфирное масло, витамин С, каротин.

Применение. Препараты зайцегуба оказывают хорошее кровоостанавливающе и успокаивающее действие, ускоряют свертываемость крови, уменьшают проницаемость стенок сосудов, усиливают сокращение гладкой мускулатуры внутренних органов. Препараты

зайцегуба используют как кровоостанавливающее средство при легочных, носовых, геморроидальных, маточных и травматических кровотечениях, в хирургической практике, а также при гипертонической болезни, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при повышенной нервной возбудимости.

ЗАМАНИХА ВЫСОКАЯ

❖ *Oplopanax elatus* (*Nakai*) *Nakai*

Золотуха висока (*укр.*)

Семейство Аралиевые — Araliaceae

Кустарник высотой до 1 м. Корневище ползучее, длинное, с множеством мясистых шнуровидных светло-коричневых придаточных

корней. Стебли полегающие и приподнимающиеся, укореняющиеся, с гладкой желто-коричневой корой и множеством игольчатых шипов. Листья очень крупные, диаметром до 35 см, округлые, пяти-семилопастные, по краю пильчатые, длинночерешковые (черешки полые внутри). Цветки мелкие, желто-зеленые, в гроздевидных пазушных метелках. Плод — мясистая ярко-красная костянка длиной до 10 мм, с двумя желтыми косточками. Цветение — в июне—июле, созревание плодов — в августе—сентябре. В естественных условиях заманиха встречается на юге Приморского края и в Корее, в темнохвойных лесах, на горных склонах. Растение занесено в Красную книгу. Возможно выращивание в культуре, однако агротехника заманихи очень сложна.

С лечебной целью используются корневища с корнями, а также укорененные стебли заманихи. В них содержатся углеводы, фенолы, эфирное масло (2,7 %), тритерпеноиды, сапонины, карденолиды. Биологически активный комплекс представлен группой сапонинов — эхиноксозидов.

Применение. Заманиха высокая по действию на организм близка к женьшеню. Препараты заманихи оказывают стимулирующее, противодиабетическое, противовоспалительное, мочегонное действие. У здоровых людей при употреблении заманихи повышается умственная и физическая трудоспособность. Назначают заманиху в виде настойки при неврозах, астеническом состоянии, угнетении центральной нервной системы, вялотекущей шизофрении. Эффективно применение заманихи при легкой и средней формах сахарного диабета, при гипотонии, депрессии.

ЗАЯЧЬЯ КАПУСТА, ОЧИТОК БОЛЬШОЙ

❖ *Sedum maximum* (*L.*) *Hoffm.*

Заяча капуста, очиток, очисник, розхідник (*укр.*)

Семейство Толстянковые — Crassulaceae

Многолетнее травянистое суккулентное растение. Корни клубневидные, утолщенные, веретенообразные, постепенно переходящие в тонкие корешки. Корневая система способна запасать значительное

количество воды. Стебли мощные, толстые, сочные, высотой 40—80 см, густо облиственные, ветвящиеся только в верхней части. Листья округлые, расширенные к основанию, плоские, мясистые, супротивные, зеленые или пурпурные. Цветки зеленовато-желтоватые, белые или розовые, длиной 5—6 мм, яйцевидные, с раздельнолепестным венчиком, собраны в густые щитковидно-метельчатые соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в июле—августе. Плод — сборная пятилистовка. Созревание плодов — в сентябре—октябре.

Встречается почти на всей территории Украины и России в сухих сосновых борах, на бедных почвах, среди кустарников, на склонах оврагов и балок. Иногда выращивается в садах как декоративное растение.

С лечебной целью используется трава очитка, заготавливаемая в период цветения. В ней содержится комплекс биологически активных веществ: органические кислоты (яблочная, лимонная и др.), аминокислоты, углеводы (моно-, ди- и полисахариды), флавоноидные гликозиды (кверцетин, кемпферол, изорамнетин, мирицетин и их производные); катехины; аскорбиновая кислота; каротиноиды и др.

По содержанию биологически активных веществ к очитку большому близки и другие виды очитков: обыкновенный, пурпурный, кавказский, которые могут использоваться в тех же дозировках.

Применение. Траву очитка используют как сырье для получения лекарственного препарата «Биосед». Этот препарат используется для стимулирования тканевой регенерации в офтальмологии, а в терапевтической практике — при бронхитах, пневмонии, при хронических заболеваниях печени. В хирургии «Биосед» используют при лечении длительно не заживающих ран и трофических язв. В народной медицине сырую траву и водный отвар, а также настой травы применяют для стимуляции работы сердца, наружно — как ранозаживляющее средство, используют при лечении геморроя.

ЗВЕЗДЧАТКА СРЕДНЯЯ

❖ *Stellaria media* (*L.*) *Cyr.*

Зірочник середній, мокрець, мокринець, мокриця (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Caryophyllaceae

Однолетнее, реже двулетнее травянистое растение. Стебли тонкие, слабые, стелющиеся или восходящие, ветвистые, длиной 10—30 см, легко укореняющиеся. Вдоль стебля в один продольный ряд расположены волоски. Листья супротивные, яйцевидные, коротко заостренные, почти голые, нижние — черешковые, верхние — сидячие. Цветки — на длинных односторонне опушенных цветоножках, мелкие, белые, иногда венчик отсутствует. Плод — продолговатая коробочка с многочисленными округлыми семенами. Цветение — с мая до заморозков, за вегетативный период растение способно несколько раз повторить цикл развития. В Украине, России и Беларуси звездчатка распространена повсеместно как злостный сорняк — на огородах, лугах, полях, везде, где почва достаточно увлажнена.

С лечебной целью используется трава звездчатки. В ней содержатся аскорбиновая кислота (витамин С), витамин Е, каротин, сапонины.

Применение. Звездчатку используют при кровотечениях, кровохарканье, геморрое, кровавой рвоте, часто при авитаминозах. Как

витаминное средство находит применение в глазных каплях в начальных стадиях помутнения роговицы. В народной медицине распаренную траву в виде компрессов применяют при ревматизме, радикулите, растяжении связок, при болях в суставах. Подобным образом применяют и звездчатку злаковую.

ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ

❖ *Hypericum perforatum L.*

Звіробій звичайний, кривавник, стокровця (*укр.*)

Семейство Зверобойные — Hyperiaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневища и корни маловетвистые, хорошо развитые. Стебель прямостоячий, в верхней трети супротивно ветвистый, высотой до 80—90 см, цилиндрический,

с двумя продольными ребрами. Листья сидячие, супротивные, эллиптические или продолговато-яйцевидные, цельнокрайние, с многочисленными просвечивающими светлыми и черными железками. Цветки пятичленные, золотисто-желтые, собраны на верхушках стеблей в широкометельчатые или щитковидные соцветия. Цветение — с июня по август, плодоношение — с июля. Плоды — продолговато-яйцевидные коробочки с мелкими темно-коричневыми продолговатыми семенами. Встречается на всей территории Украины, кроме высокогорья Карпат, в южных степных регионах — реже. В республике Беларусь встречается повсеместно, в России — от западных границ до Енисея. Произрастает на лугах, лесных полянах и опушках, лесополосах, на пологих склонах лесов и балок. Сплошных зарослей не образует, иногда растет отдельными куртинами.

Зверобой продырявленный — одно из самых известных и популярных в народе лекарственных растений.С лечебной целью

используется трава, которую заготавливают во время цветения. В ней содержатся красящие вещества (гиперицин, псевдогиперицин, антранол и др.), до 10 % дубильных веществ, эфирное масло, флавоновые гликозиды (гиперозид, рутин, кверцетин), витамин С, каротин. Благодаря комплексу этих биологически активных веществ препараты зверобоя оказывают вяжущее, дезинфицирующее, противовоспалительное, кровоостанавливающее действие.

Применение. В официальной фитотерапии препараты зверобоя применяют при острых и хронических колитах, аскоридозе; в стоматологии — для профилактики и при лечении стоматитов и гингивитов. Из травы зверобоя получают препарат «Иманин», применяемый при лечении ожогов второй и третьей степени, ран и язв, при фурункулезах и абсцессах. Из зверобоя получают антибиотик новоиманин.

В народной медицине зверобой находит самое широкое применение. Используют его в виде отваров при желудочных заболеваниях (язва, гастрит), поносах, при болезнях печени и почек, цистите, маточных кровотечениях, геморрое, кашле, при ревматизме; наружно — в качестве компрессов и примочек при ожогах, сыпях, нарывах.

ЗЕЛЕНЧУК ЖЕЛТЫЙ

❖ *Galeobdolon luteum Huds.*

Зеленчук жовтий, жовта кропива, губаня жовта (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, разветвленное. Стебли высотой 30—80 см, четырехгранные, внутри полые, восходящие, красноватые при основании. Листья короткочерешковые, супротивные, продолговато-яйцевидные, у основания сердцевидные, по краю зубчато-пильчатые, часто с серебристо-белыми пятнами, опушенные. Цветки желтые, двугубые, зигоморфные (неправильные), снаружи опушенные, собраны в шестицветковые кольчатые соцветия в пазухах листьев, прицветники колючие.

Цветение — в мае—июне. Плод — сборный четырехорешек. В целом зеленчук напоминает глухую крапиву. Встречается на всей территории Украины (кроме южных засушливых регионов), в европейской части Российской Федерации, растет во влажных лесах, среди кустарников, у заборов в населенных пунктах и т. п.

С лечебной целью используется трава зеленчука желтого, химический состав которой изучен недостаточно. Известно, что в ней содержится значительное количество соединений кремния.

Применение. Настой травы зеленчука в народной медицине назначают при цистите (остром и хроническом), пиелонефрите, гломерулонефрите, остром и хроническом уретрите, а также при аденоме предстательной железы, при снижении тонуса сфинктеров мочевого пузыря у пожилых людей. Трава зеленчука входит в состав травяных сборов, предназначенных для лечения органов мочеполовой системы.

ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ

❖ *Fragaria vesca L.*

Суниці лісові, полуничник (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Бурое короткое корневище покрыто остатками отмерших листьев. Из пазух розеточных листьев выходят надземные стелющиеся побеги, укореняющиеся в узлах и дающие новые особи. Листья длинночерешковые, тройчатые, средний листочек ромбический, короткочерешковый, боковые — почти сидячие, по краю крупнозубчатые, сверху ярко-зеленые, снизу серые, густо опушенные мелкими волосками. Цветочные стебли прямостоячие, равны или чуть выше прикорневых листьев, опушенные. Цветки белые, пятираздельные, мелкие (до 20 мм), собраны в рыхлые щитковидные соцветия. Плод — овальная или продолговато-коническая «ягода» красного цвета, сочная, ароматная. Цветение — в мае—июне, созревание плодов — в июне—июле. В Украине и России — обычное растение во всех регионах, кроме Степи. Растет в светлых лесах, на лесных полянах и опушках, среди кустарников, обычно в виде куртин, иногда образует значительные заросли площадью до нескольких гектаров. Кроме земляники лесной часто встречаются близкие виды — земляника мускусная, земляника зеленая и земляника полевая, лечебные свойства у которых выражены в меньшей степени. Отличаются они от описываемого вида отсутствием усов (укореняющихся побегов возобновления).

С лечебной целью используют плоды и листья земляники лесной. В листьях содержатся дубильные вещества, аскорбиновая кислота (250—280 мг%), эфирное масло; в ягодах — сахара (6—10 %), фолиевая, яблочная, лимонная, салициловая и фосфорная кислоты, антоцианы, пектиновые вещества, кверцитин и кверцитрин, каротин, соединения марганца и железа. Препараты земляники оказывают противовоспалительное, анальгетическое и гипотензивное действие.

Применение. Настой ягод и листьев земляники применяют при подагре, почечнокаменной болезни, авитаминозах, атеросклерозе.

Свежий сок ягод используют при мочекаменной и желчекаменной болезнях, при подагре. Этот же настой назначают как слабое мочегонное и противовоспалительное средство при колите, гастрите, гипохромной анемии. Чай из сушеных листьев в народной медицине используют при желчекаменной болезни, болезнях селезенки, гастрите, бронхиальной астме, неврастении и бессоннице. Его же используют наружно для лечебных клизм при геморроидальных кровотечениях, при воспалениях полости рта, горла, для компрессов и примочек при кожных высыпаниях, для заживления ран и язв. Часто земляника лесная входит в состав лечебных травяных сборов.

ЗИГАДЕНУС СИБИРСКИЙ

❖ *Zigadenus sibiricus* (*L.*) *A. Gray*

Зігаденус сибірський (*укр.*)

Семейство Мелантиевые — Melanthaceae

Многолетнее травянистое растение. Подземная часть — эллиптически-коническая луковица диаметром до 1 см. Стебель прямостоячий, неветвящийся, высотой 20—80 см, облиственный преимущественно в нижней трети. Листья очередные, узколинейные, длиной 10—35 см и шириной до 1 см. Стебель и листья — с выраженной сизой кутикулой (восковым налетом). Цветок длиной около 1 см, с шестидольным венчиком, лепестки зеленоватые снаружи и белые внутри, листочки околоцветника горизонтально отклонены, каждый лепесток с внутренней стороны имеет нектарник, привлекающий насекомых-опылителей. Цветки собраны в верхушечную длинную кисть. Цветение — в июне—августе. Плод — трехгнездная коробочка с многочисленными семенами. Семена продолговатые, угловатые, желтоокрашенные. Распространен зигаденус в Сибири и на Дальнем Востоке, в Монголии и Китае. Места произрастания — лесные опушки и поляны, заросли кустарников, луга и т. д. В Украине изредка культивируется в садах как декоративное растение.

С лечебной целью используют траву зигаденуса сибирского (только в народной медицине). В ней содержатся сильнодействующие алкалоиды (до 0,1 %) — веразинин, вератролзигаденин,

веразин, оказывающие успокаивающее влияние на нервную систему и обладающие противопаразитарным действием.

Применение. Водный настой травы применяют наружно для борьбы с головными и лобковыми вшами. Спиртовую настойку используют для растирания при невралгии и для борьбы с паразитами. Мазь из высушенной и измельченной травы на жировой основе назначают при ревматизме, невралгии, суставных болях.

ЗИМОЛЮБКА ЗОНТИЧНАЯ

❖ *Chimaphila umbellate* (L.) Nutt.

Зимолюбка парасолькова (*укр.*)

Семейство Грушанковые — Pyrolaceae

Многолетнее травянистое вечнозеленое растение. Стебель — высотой 10—20 см, в нижней части древеснеющий. Листья продолго-

вато-обратноклиновидные, короткочерешковые, с пильчато-зубчатым краем, зубцы направлены к вершине листа; пластинка листа глянцевая, кожистая, плотная. Цветки розовые, с широко раскрытым венчиком, напоминающим очень широкий, почти плоский колокольчик; чашелистики короче лепестков; пыльники фиолетовые; на верхушке стебля цветки собраны в рыхлую зонтиковидную кисть. Цветение — в июле—августе. Плод — сплюснуто-шаровидная пушистая коробочка. В Украине и России встречается в северных и западных лесистых регионах, реже — в Лесостепи, в сосновых борах. Зарослей не образует.

С лечебной целью используют надземную часть (траву) зимолюбки (аптечное название — *Chimaphilae herba*), в которой содержатся дубильные вещества, арбутин, сахара, флавоноиды.

Применение. Отвар и настой травы зимолюбки рекомендуют при пиелите, цистите, энтероколите. В народной медицине применяют при лечении катара мочевого пузыря, желудочно-кишеч-

ных заболеваний. Водный настой травы, реже спиртовую настойку, принимают внутрь при нарушениях, связанных с поднятием тяжестей, а также после родов. В целом терапевтическое действие зимолюбки очень сходно с действием толокнянки.

ЗМЕЕГОЛОВНИК МОЛДАВСКИЙ

❖ *Dracocephaluch moldavica L.*

Змієголовник молдавський, маточник, медовик (*укр.*)

***Семейство Яснотковые* (*Губоцветные*) —**
***Lamiaceae* (*Labiatae*)**

Травянистое многолетнее растение. Стебель прямостоячий, иногда восходящий, высотой 20—60 см, четырехгранный, ветвистый. Листья супротивные, короткочерешковые, продолговато-ланцетные или удлиненно-яйцевидные, крупнопильчатые. Цветки сине-фиолетовые, реже белые, с двугубым венчиком и двугубой чашечкой, собраны по 4—6 в мутовки, которые образуют длинные кисти на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — продолговатый четырехорешек, созревание плодов — в сентябре. В Украине изредка встречается в южных регионах, на степных склонах, среди кустарников, культивируется как эфиромасличное и медоносное растение.

С лечебной целью используют траву змееголовника, химический состав которой изучен недостаточно. В траве содержится ароматическое эфирное масло

(0,08—0,2 %), в состав которого входят цитраль, гераниол, а также алкалоиды, кумарины, флавоноиды.

Применение. Змееголовник по лечебному действию сходен с мелиссой лекарственной, оказывает успокаивающее, болеутоляющее, ранозаживляющее, противосудорожное действие. В народной медицине настой травы змееголовника применяют при тахикардии, невралгиях, мигрени, простудных заболеваниях, наружно — в виде полосканий, компрессов и припарок, при зубной боли, ревматизме и ушибах. Свежие листья прикладывают к ранам для ускорения их заживления. В тибетской медицине препараты змееголовника применяют при лечении заболеваний печени и желудка.

Наряду со змееголовником молдавским в народной медицине используют и другие виды змееголовников: змееголовник тимьяноцветковый (*Dracocephaluth thymiflorrum L.*) и змееголовник крупноцветковый (*D. grandiflorum L.*). Эти растения обладают аналогичными терапевтическими свойствами.

ЗОЛОТАРНИК КАНАДСКИЙ

❖ *Solidago canadensis L.*

Золотушник канадський (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище — разветвленное с мочковатыми корешками, на базальной части закладываются почки, дающие корневые отпрыски. От верхушечной части корневища отходят прямостоячие стебли высотой до 0,8—1,4 м, у основания деревянистые, в верхней части разветвленные, густо облиственные по всей длине, окраска стеблей варьирует от светло- до темно-зеленой. Листья очередные, линейно-ланцетные, с тремя жилками, на верхушке длиннозаостренные. Нижние листья короткочерешковые, длиной 5—12 см, остропильчато-зубчатые; верхние — цельнокрайние, сидячие, длиной 4—8 см. Цветки мелкие, желтые, собраны в маленькие корзинки диаметром 3—6 мм. Соцветие — пирамидальная метелка длиной 5—20 см. Цветение — в июле—августе.

Плод — узкоцилиндрическая ребристая семянка длиной до 1,5 мм, с белым хохолком. Родиной растения является Северная Америка, в Украине это достаточно популярный декоративный вид, иногда встречаются заросли одичавшего золотарника канадского. Выращивается в специализированных хозяйствах Полтавской области.

С лечебной целью используют надземную часть. В траве золотарника содержатся тритерпеновые сапонины, дитерпены, минеральные вещества, аминокислоты, сахара, органические кислоты и др.; обнаружены биологически активные флавоноиды.

Применение. Из травы золотарника канадского получают сухой экстракт, который входит в состав комбинированного препарата «Марелин». Этот препарат рекомендован для лечения оксалатного и фосфатного нефроуролитиаза. Эффективность «Марелина» позволяет в некоторых случаях избежать хирургического вмешательства и предупредить рецидивы после оперативного удаления камней.

ЗОЛОТАЯ РОЗГА, ЗОЛОТАРНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Solidago virga aurea L.*

Золотушник звичайний (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) ***—***
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище утолщенное, короткое, горизонтальное или косовосходящее. Стебель прямостоячий, вверху разветвленный, высотой до 1 м. Листья очередные, прикорневые — с крылатым черешком, продолговато-эллиптические или продолговато-обратнояйцевидные, пильчатые, крупные; верхние — ланцетовидные, сидячие, цельнокрайние. Цветки желтые, в многочисленных мелких корзинках, которые собраны на верхушках ветвей и стеблей в длинную (до 40 см) узкую метелку. Краевые цветки в корзинках — язычковые, срединные — трубчатые, обоеполые. Цветение — в июле—сентябре. Плоды — семянки с белым хохолком. В Украине встречается на всей территории по берегам рек, вдоль дорог, в лощинах, на лугах, на хорошо увлажненных

почвах, в России — в подобных местах обитания в европейской части и Западной Сибири.

С лечебной целью используют надземную часть растения, заготавливаемую в период цветения. Химический состав золотарника изучен недостаточно. В траве содержатся дубильные вещества, слизи, горечи, сапонины, эфирное масло, смола, инулин, никотиновая кислота, кверцетин.

Применение. В народной медицине препараты золотарника применяют при заболеваниях почек (воспалительные процессы, почечнокаменная болезнь), при энтероколите. Наружно настой травы используют для примочек и промывания ран. Кашицу из свежих листьев или порошок из высушенных листьев назначают для лечения гнойных ран и фурункулов; мазь, приготовленную на основе золотой розги, применяют при лечении кожных заболеваний (особенно кожного туберкулеза). Наиболее эффективность золотарника проявляется в его мочегонном действии (при использовании спиртовых экстрактов), а также в антибактериальных и желчегонных свойствах.

ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ, РОДИОЛА РОЗОВАЯ

❖ *Rhodiola rossa L.*

Родіола рожева, золотий корінь (*укр.*)

Семейство Толстянковые — Crassulaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище мясистое, веретенообразное, горизонтально расположенное, покрытое треугольными

пленчатыми чешуями, сероватое снаружи и лимонно-желтое на изломе. От корневища отходят несколько стеблей высотой 10—15 см, прямостоячих, неразветвленных, густо облиственных. Листья сидячие, сизые, очередные, в верхней части стебля более скученные, мясистые, голые, узколанцетные или обратнояйцевидно-удлиненные, клиновидно суженные к основанию, длиной 1—3 см, от середины острозубчатые, иногда цельнокрайние. Цветки — с желтыми или зеленоватыми четырьмя-пятью лепестками, собраны в верхушечное густое щитковидное многоцветковое соцветие. Плод — продолговатая, вертикально расположенная листовка. В Украине встречается изредка в высокогорных районах Карпат на каменистых склонах, в расщелинах. Растение занесено в Красную книгу Украины, вводится в культуру.

С лечебной целью используют корневища с корнями, заготавливаемые в период созревания плодов и позже. В них содержатся гликозид родиолозид, дубильные вещества (до 18 %), антрагликозиды, органические кислоты, до 5 % эфирного масла, витамины С, РР, микро- и макроэлементы (марганец, цинк, титан, кадмий, хром и др.).

Применение. В официальной медицине применяют экстракт из корней родиолы. Назначают его как эффективное адаптогенное средство, стимулирующее центральную нервную систему (подобно препаратам женьшеня и элеутерококка). Препараты золотого корня эффективны при переутомлении, астении, в период реабилитации после перенесенных тяжелых заболеваний, при гипотонии.

В народной медицине используют настойку на 40%-м спирте (водке) или водный настой корневищ с корнями — при неврозах, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, простуде.

Применение родиолы противопоказано при повышенной нервной возбудимости, лихорадочном состоянии, гипертонических кризах.

ЗОЛОТОТЫСЯЧНИК МАЛЫЙ

❖ *Centaurium eruthraea Pafn* (*C. minus Moench, C. umbellatum Gilib*)

Золототисячник малий, золототисячник звичайний, золотуха, центурія, самосильник (*укр.*)

Семейство Горечавковые — Gentianaceae

Двулетнее или однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, разветвленный. Стебель одиночный или по 2—5 из одного основания, прямой, четырехгранный, высотой до 40 см, вверху вильчато-разветвленный с направленными вверх веточками. Прикорневые розеточные листья продолговато-обратнояйцевидные, с пятью жилками, заостренные к основанию. Стеблевые листья супротивные, сидячие, продолговато-ланцетные, цельнокрайние. Цветки ярко-розовые, пятираздельные, диаметром до 10 мм, с длинной цилиндрической желтой трубкой, собраны в зонтиковидно-метельчатые сжатые соцветия на верхушках стеблей. Цветение — с июня до осени. Плод — цилиндрическая двухгнездная многосемянная коробочка. Семена мелкие, округлые, сетчато-ямчатые.

В Украине распространен главным образом в северных и западных регионах, в Карпатах, в России — в европейской части, на Кавказе и Алтае. Встречается на суходольных лугах, среди кустарников, по берегам рек, на холмах, залежных землях. Иногда образует обширные заросли.

С лекарственной целью используют траву золототысячника — Herba Centaurii. В ней содержатся 0,6—1 % алкалоидов, среди которых преобладает псевдоалкалоид генцианин (эритрицин), горькие гликозиды генциопикрин, эритроцентаурин, эритритаурин; олеановая и аскорбиновая кислоты, эфирное масло, смолы и слизи.

Применение. Препараты золототысячника как горечь возбуждают аппетит, усиливают секрецию пищеварительных желез, повышают желчеотделение, проявляют послабляющее действие,

а наличие генциопикрина обуславливает противовоспалительные свойства растения. Отвар, настой и настойку золототысячника назначают при плохом аппетите, недостаточной секреторной и моторной функции желудочно-кишечного тракта, как легкое слабительное; при различных диспепсиях (тошнота, рвота, изжога, отрыжка), при колите; золототысячник входит в состав многих растительных сборов.

ЗОПНИК КОЛЮЧИЙ

❖ *Phlomis pungens Willd*

Залізняк гострокінцевий, козачий залізняк (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) **—**
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корень мощный, искривленный, многоглавый, с отслаивающейся корой. Стебель ветвистый от основания, с серовойлочным опушением из звездчатых коротких и одиночных, более длинных волосков. Высота стебля — 30—80 см. Прикорневые листья — с плоскими черешками, сверху зеленые, снизу серовойлочные, продолговато-ланцетные, длиной до 12 см, шириной до 3 см; в средней части стебля листья короткочерешковые, узколанцетные, крупногородчатые, длиной до 6 см. Цветки лилово-розовые, собраны по 3—10 в плотные мутовки в пазухах верхних листьев. Цветение — в мае—июне. Плод — темно-бурый мелкобугорчатый четырехорешек. Плодоношение — в июле—августе. В Украине и России встречается преимущественно в Степи и южной Лесостепи на склонах балок, речных долин, среди кустарников, на лесных полянах и опушках, обычно образует небольшие заросли. Изредка выращивается как декоративное растение.

С лечебной целью используют траву зопника колючего, в которой содержится эфирное масло, в семенах — до 28 % жирного масла.

Применение. В народной медицине настой, настойку и отвар травы зопника используют при лечении туберкулеза легких, простудных заболеваний, язвы желудка, пневмонии, гастритов, гипер-

тонической болезни. Наружно настой травы применяют при гнойных ранах, при ревматизме (в виде ванн). Зопник колючий входит в состав микстуры Здренко.

Кроме зопника колючего в народной медицине используют препараты зопника клубненосного (*Phlomis tuberosa*). Подземные органы (клубни и корневища) обоих видов используют в пищу как пряновкусовые добавки. В старину их заготавливали впрок, высушивали и перемалывали в муку и крупу.

ЗУБРОВКА ДУШИСТАЯ

❖ *Hierochloe odorata Wahlb.*

Чаполоч пахуча, зубрівка, лядник (*укр.*)

Семейство Мятликовые (***Злаковые***) —
Poaceae (***Graminea***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, длинное (до 1,5 м), разветвленное, узловатое, с пучками вертикальных тонких

корней в узлах (подобно корневищу пырея ползучего). Стебли прямостоячие, восходящие, высотой 30—120 см, голые, гладкие, с пустотелыми междоузлиями и утолщенными узлами. Прикорневые листья ланцетные, заостренные, длиной до 50 см, шириной до 3 см, стеблевые — линейно-ланцетные, короткие (до 3 см). Сверху листья серо-зеленые, снизу — зеленые. Цветки собраны по три в колосках, колоски образуют удлиненно-яйцевидные рыхлые метелки с горизонтально отклоненными веточками. Цветение — в мае. Плод — зерновка, созревание плодов — в июне, после полного созревания стебли отмирают. Все растение имеет приятный аромат.

На территории Украины и России зубровка душистая встречается только в лесных регионах — на лугах, в лесонасаждениях, по обочинам дорог, на лесных полянах и опушках. Кроме зубровки душистой в Украине растет еще два вида зубровки — зубровка южная и зубровка степная. Зубровка южная — редкий вид, растущий в западных регионах, зубровка степная широко распространена на всей территории Украины. Все три вида могут применяться в лечебных целях.

Лекарственным сырьем зубровки является надземная часть (трава). В ней содержится до 0,2 % кумарина, придающего растению приятный аромат, органические кислоты, витамин С, производное кумарина — умбеллиферон.

Применение. Водный настой и спиртовую настойку зубровки душистой используют как средство, возбуждающее аппетит и улучшающее работу желудочно-кишечного тракта. Применяют зубровку душистую и при заболеваниях желудка, а также как антисептическое и противотуберкулезное средство, широко используют в ликеро-водочной и пищевой промышленности.

ЗЮЗНИК ЕВРОПЕЙСКИЙ

❖ *Lycopus europaeus L.*

Дикий маточник, конопель лісовий (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) ***—***
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище утолщенное, веретеновидное. Стебли прямостоячие, ветвистые, четырехгранные, опушенные, высотой 25—90 см. Листья продолговато-ланцетные, супротивные, по краю зубчатые; нижние — перисто-рассеченные, черешковые, верхние — сидячие. Цветки мелкие, белые, с размытыми пурпурными точками, собраны в ложные мутовки в пазухах листьев. Цветение — в июне—августе. Верхний лепесток по форме напоминает след волка, отсюда латинское название растения (дословно — «волчья нога»). Плоды — гладкие четырехорешки.

В Украине и России встречается почти на всей территории, растет на влажных почвах — по берегам рек, озер, вдоль канав, вблизи болот, на сырых лугах.

С лечебной целью используют надземную часть растения (траву). Химический состав ее изучен недостаточно. В зюзнике содержатся танины (до 10 %), флавоноиды, горькое вещество ликопин, сапонины, смолы, холин, эфирное масло, производные розмариновой, коричной и кофейной кислот и др. Растение оказывает противолихорадочное, кро-

воостанавливающее, жаропонижающее и сильное успокаивающее действие.

Применение. Согласно клиническим исследованиям, трава зюзника европейского эффективна при лечении начальных стадий заболеваний щитовидной железы (гипертиреоза). В Украине зюзник не используется официальной медициной, во многих европейских странах его препараты признаны эффективными.

В народной медицине зюзник используют при лечении гипертиреоза, малярии, туберкулеза легких, болей в желудке; как успокоительное средство при неврозах, бессоннице, сердечных заболеваниях. Наружно применяют порошок листьев — как кровоостанавливающее средство.

ИВА БЕЛАЯ

❖ *Salix alba L.*

Верба біла (*укр.*)

Семейство Ивовые — Salicaceae

Дерево с разветвленной кроной, высотой до 20—25 м, с темно-серой трещиноватой корой. Молодые ветви длинные, до 2 м и более, тонкие, поникающие, у верхушки шелковисто-опушенные, старые — голые, гладкие, зеленовато-желтые, иногда красноватые. Почки прижатые, удлиненно-ланцетовидные, окрашены так же, как побеги. Листья короткочерешковые, ланцетные или линейно-ланцетные, заостренные, по краю мелкопильчатые, в молодом возрасте опушенные, позже почти голые. Цветочные сережки — до 3—5 см длиной, рыхлые, цилиндрические; мужские (тычиночные) — ярко-желтые, женские (пестичные) — зеленые, распускаются одновременно с листьями в апреле. Плоды — одногнездные двустворчатые коробочки.

Обычное растение на всей территории Украины, Беларуси и России, встречается по берегам водоемов, на сырых лугах; часто выращивается в парках. По ряду признаков ива белая схожа с другими видами ив, но все они, как правило, кустарники или небольшие деревца.

С лечебной целью используют главным образом кору ивы (*Cortex salicis*), реже — листья и соцветия. В коре содержатся гликозид салицин, дубильные вещества, смолы, органические кислоты.

Применение. Препараты ивы оказывают обезболивающее, кровоостанавливающее, ранозаживляющее, антисептическое, противовоспалительное и вяжущее действие. Отвар коры применяют как жаропонижающее, как вяжущее — для полосканий, принимают внутрь при желудочных заболеваниях. Порошок из коры ивы используют как наружное средство при лечении ран и нарывов. До появления в Европе хины кора ивы считалась основным противолихорадочным, противомалярийным средством.

ИВА КОЗЬЯ

❖ *Salix caprea L.*

Верба козяча, курятник, бредина (*укр.*)

Семейство Ивовые — Salicaceae

Дерево или кустарник высотой 3—10 м. Кора ветвей гладкая, зеленовато-серая. Древесина под корой красноватая, сердцевина — бурая. Листья очередные, яйцевидные, округлые или широколанцетные, заостренные к вершине, неравномерно-зубчатые; сверху темно-зеленые, голые, снизу — сероопушенные. Цветки однополые, двудомные, собраны в соцветия — сережки. Мужские сережки (в народе их называют «котики») — более округлые, яйцевидные, сидячие, женские — продолговато-цилиндрические, на ножках, длиной до 10 см. Цветение — в марте—

апреле, до распускания листьев, плодоношение — в мае. Плод — коробочка с многочисленными семенами, снабженными пушистыми летучками. Семена способны давать всходы в течение одних-двух суток. В Украине, Беларуси и России ива козья встречается повсеместно на хорошо увлажненных участках — на лугах, в оврагах, среди кустарников, по берегам водоемов, на опушках и полянах влажных лесов.

С лечебной целью применяют кору трех-четырехлетних побегов. В ней содержится 15—21 % дубильных веществ, гликозид салицин, обладающий противовоспалительным и жаропонижающим свойствами, фенольные гликозиды, сахара, минеральные соли. В листьях содержится до 200 мг% витамина С.

Применение. Иву козью используют только в народной медицине. Отвар коры принимают внутрь и применяют наружно при ревматизме, подагре, артритах, воспалительных процессах в ротовой полости, бронхитах и трахеитах, а также при расстройстве желудка. Особенно эффективны препараты ивы козьей как жаропонижающее средство при лихорадочных состояниях. Кора ивы и порошок из нее — доступное кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство, обладающее бактерицидными свойствами. В целом лечебное применение ивы козьей сходно с применением ивы белой.

ИВАН-ЧАЙ, КИПРЕЙ УЗКОЛИСТНЫЙ

СИНОНИМЫ: КАПОРСКИЙ ЧАЙ, ПЛАКУН, СКРИПУН

❖ *Chamaenerion angustifolium* (*L.*) *Scop.*

Хаменерій вузьколистий, іван-чай (*укр.*)

Семейство Кипрейные — Onagraceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, горизонтальное, ползучее, длиной до 1 м, с многочисленными тонкими корнями. Стебли прямостоячие, высотой 0,6—1,2 м, слаборазветвленные, округлые, голые. Листья очередные, сидячие или черешковые, ланцетовидные, на верхушке заостренные, цельнокрайние или зубчатые, с отчетливо выделяющимися жилками. Цветки крупные, диаметром до 3 см, пурпурно-розовые, при высушивании синеющие; лепестков четыре, обратнояйцевидной формы; чашелистиков четыре;

цветки собраны в редкую коническую кисть длиной до 40 см. Цветение — в июне—августе. Плод — стручковидная четырехгнездная коробочка с очень мелкими многочисленными семенами (одно растение может давать до 20 тысяч семян). Созревание плодов — в августе—сентябре. На территории Украины встречается в лесных лесостепных районах; растет на опушках лесов, полянах, вырубках, гарях, по обочинам лесных дорог, часто образуя значительные заросли, в России — обычное растение лесной зоны.

С лечебной целью используют траву и цветы иван-чая. В них содержится большое количество дубильных веществ, до 10—15 % слизистых веществ, витамин С и др.

Применение. В официальной медицине применяют как вяжущее средство при лечении язвы желудка, как противовоспалительное — при гастритах и колитах.

В народной медицине иван-чай — мощное противовоспалительное и успокаивающее средство, в качестве снотворного применяется с древнейших времен. Используют его также при лечении аденомы предстательной железы и ее профилактики, при лечении гастритов, колитов, других заболеваний желудочно-кишечного тракта. Порошок из высушенных листьев применяют для присыпания гнойных ран и язв, а запаренную траву кипрея — для компрессов при ушибах, невралгиях, артритах и др.

ИКОТНИК СЕРО-ЗЕЛЕНЫЙ

❖ *Berteroa incana* (*L.*) *DC.*

Горлянка, кашка лісова (*укр.*)

Семейство Капустные (***Крестоцветные***) — ***Brassicaceae*** (***Cruciferae***)

Двулетнее травянистое растение. Корень стержневой, вертикально расположенный, короткий. Стебель прямостоячий, вверху разветвленный, опушенный, высотой 20—60 см. Листья ланцетные, заостренные, цельнокрайние, очередные, сидячие, короткоопушенные, серовато-зеленого цвета; нижние листья к основанию сужены в черешок. Цветки мелкие, белые, четырехлепестковые, собраны на

верхушках стеблей и побегов в густые головчатые кисти. Цветение — с весны до осени. Плоды — овальные стручки длиной 6—9 мм, густоопушенные звездчатыми волосками; семена коричневые, плоские, бугорчатые. В Украине растет повсеместно вдоль дорог, на лугах, пустырях, как сорняк в посевах, в Беларуси и России — почти на всей территории европейской части.

В лечебных целях используют траву и цветы икотника. Химический состав изучен недостаточно. В корнях растения содержатся органические кислоты (0,14 %), алкалоиды (до 0,8 %), кумарины, дубильные вещества, органические кислоты.

Применение. Икотник серо-зеленый оказывает мочегонное, потогонное, вяжущее, успокаивающее и ранозаживляющее действие. В народной медицине отвар и настой принимают внутрь при женских заболеваниях, послеродовых кровотечениях, при нервной икоте, головной боли, заболеваниях желудка, наружно применяют для промывания ран. Настой цветков рекомендуют при поносах, особенно у детей.

ИНЖИР, СМОКОВНИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Ficus carica L.*

Інжир, смоківниця (*укр.*)

Семейство Тутовые — Moraceae

Кустарник или небольшое дерево высотой до 15 м. Крона широкая, раскидистая, ветви толстые, малоразветвленные, покрытые серой корой. Листья крупные, округлые, трех-семилопастные, иногда цельные, сверху темно-зеленые, шероховатые, снизу сероватые, мелкоопушенные, с толстыми и длинными черешками. Процесс семенного размножения инжира уникален. Мужские цветки собраны внутри мясистых вздутых грушевидных соцветий, полых внутри и имеющих отверстие на верхушке. В подобных соцветиях, отдельно, расположены женские цветки. Опыление происходит при участии ос-бластофаг, без них растение остается бесплодным. Плоды — желтые или черно-фиолетовые орешки, погруженные в ткань разросшихся соплодий. При созревании они достигают 8 см в длину при диаметре 5 см.

Инжир — одно из древнейших культивируемых растений, с незапамятных времен произрастающее в Закавказье, на Южном берегу Крыма, в Туркмении, Узбекистане. В результате селекции получено много форм, которые, с учетом потепления климата, можно будет возделывать в южных областях Украины.

С лечебной целью используют листья и ягоды смоковницы. Они оказывают мочегонное, легкое слабительное, отхаркивающее, обволакивающее, антисептическое и противовоспалительное действие. В листьях содержатся фурокумарины (псоберан, псорален, бергаптен), в плодах — до 70 % сахаров, до 5 % пектина, около 1 % кислот (яблочная, лимонная, уксусная, борная), витамины С, B_1, B_2, А, большое количество микроэлементов.

Применение. Изготавливаемый из листьев инжира препарат псоберан является фотосенсибилизирующим средством, используемым для лечения витилиго (как и препараты амми зубной).

В народной медицине инжир применяют как слабительное, мочегонное и отхаркивающее средство. Высокое содержание калия

делает плоды инжира полезными при сердечно-сосудистых заболеваниях, малокрови.

Инжир противопоказан при подагре, сахарном диабете и острых воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

ИРГА ОВАЛЬНАЯ

❖ *Amelanchier ovalis Medik.*

Ірга звичайна, ірга круглолиста (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Кустарник или кустовидное деревце высотой до 4—5 м. Побеги прямые, коричнево-красные. Листья эллиптические, овальные или яйцевидные, сверху темно-зеленые, голые, снизу опушенные, беловатые, черешковые, по краю мелко- или крупнозубчатые. Осенью листья желто-красные или темно-багряные, что делает иргу особенно привлекательной в декоративном отношении. Цветки многочисленные, кремовые или белые, пятираздельные, собраны в щитковидные кисти по 6—12 на концах побегов, распускаются через 10—12 дней после листьев. Плоды — яблочки диаметром до 1 см, шаровидные или грушевидные, синевато-черные или фиолетовые, с сизым налетом,

созревают в июле. В диком виде встречается в горах Крыма и Кавказа. Введена в культуру как ценное плодовое и декоративное растение, иногда используется как карликовый подвой яблони и груши.

С лечебной целью используют плоды и кору ирги. В плодах содержится до 12 % сахаров (преимущественно фруктоза), около 1 % органических кислот (преобладает яблочная), пектины, витамин B_2, микроэлементы (медь, кобальт, свинец), каротин, а по содержанию витамина С ирга превосходит яблоню, грушу, абрикос, персик, вишню и виноград. В листьях и коре содержится значительное количество дубильных веществ, катехины, фенолкарбоновые кислоты.

Применение. Иргу овальную используют только в народной медицине. Сок, свежие плоды, а также отвары и настои коры применяют как вяжущее и противовоспалительное средство при заболеваниях горла, десен, гингивитах и стоматитах, колитах и энтероколитах. Плоды рекомендуют при гипо- и авитаминозах, и особенно как средство, улучшающее зрение (подобно чернике) при конъюнктивитах, катаракте, воспалениях роговицы.

ИРИС БОЛОТНЫЙ

❖ *Iris pseudacorus L.*

Півники болотяні (*укр.*)

Семейство Ирисовые — Iridaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневища узловидно-утолщенные, короткие (до 10 см), наклонные, разветвленные, членистые, с отходящими снизу шнуровидными корнями. Стебли уплощенные, высотой 0,6—1,5 см, разветвленные в верхней части. Листья широкомечевидные, серовато-зеленые, нижние листья по высоте равны стеблям, стеблевые — короче, шириной 1—2 см, влагалищные или стеблеобъемлющие. Цветки крупные, светло-желтой окраски, с простым шестираздельным околоцветником. Плоды — многосеменные, трехгранные, трехдольные коробочки продолговато-овальной формы с носиком. Цветение — в июне—июле, плодоношение — в августе—сентябре. Встречается почти на всей территории Украины, за исключением горного Крыма и Карпат, в Беларуси — повсеместно,

в России — в европейской части, на болотах, по берегам рек, прудов, озер (типичное прибрежное растение).

С лечебной целью используют корневища ириса болотного, заготавливаемые в период покоя (до и после вегетации). В корневищах содержатся гликозид иридин, эфирное масло, органические кислоты, дубильные вещества.

Применение. Используют аналогично ирису германскому как отхаркивающее, обволакивающее и мочегонное средство.

ИРИС ГЕРМАНСКИЙ

❖ *Iris germanica L.*

Півники лікарські (*укр.*)

Семейство Ирисовые (***Касатиковые***) — ***Iridaceae***

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, мясистое, разветвленное, ползучее, белое, с отходящими от него многочислен-

ными тонкими корнями. Стебель прочный, высотой до 1 м, в верхней части разветвленный. Прикорневые листья влагалищные или стеблеобъемлющие, крупные, мечевидные; стеблевые листья — удлиненно-ланцетные или линейные; листья на верхушке стебля редуцированные, полусухие; все листья серо-зеленого цвета. Цветки крупные, фиолетово-синие, без запаха, околоцветник шестираздельный, актиноморфный, цветки расположены на цветоносах в пазухах верхних листьев. Цветение — в мае—июне. Плод — крупная трехгнездная коробочка с множеством мелких плоских семян. В диком виде встречается преимущественно в странах Южной и Западной Европы. В Украине издавна введен в культуру, селекционерами создано огромное количество высокодекоративных сортов и гибридов. В одичавшем виде нередко встречается на бросовых землях, вблизи населенных пунктов, на свалках, пустырях, лугах и т. д.

С лечебной целью используют корневища ириса (*Radix Iridis*), которые заготавливают ранней весной или поздней осенью. В корневищах содержатся эфирное масло, гликозид иридин, слизи, смолы, жирное масло и др. Основной компонент эфирного масла

(*Oleum iridis*) — кетон ирон, имеющий запах фиалки (отсюда одно из названий ириса — фиалковый корень).

Применение. Препараты корневищ ириса оказывают обволакивающее и отхаркивающее действие. Их широко используют для изготовления присыпок, зубных порошков, пластырей, они незаменимы в косметической и парфюмерной промышленности. Отвары и настои корневищ применяют как отхаркивающее средство при катарах верхних дыхательных путей, как обволакивающее — при желудочно-кишечных заболеваниях. В старину порошок из высушенных корневищ использовали как ранозаживляющее средство.

Кроме ириса германского применяют и другие виды — ирис флорентийский и ирис бледный, обладающие аналогичными свойствами.

ИСЛАНДСКИЙ МОХ, ЦЕТРАРИЯ ИСЛАНДСКАЯ

❖ *Cetraria islanica Ach.*

Ісландський мох (*укр.*)

Семейство Пармелиевые — Parmeliaceae

Многолетний листовидно-кустистый лишайник, обычно прикрепленный к почве, иногда — к коре деревьев. Слоевище суженное при основании, свернутое в трубку или желобчатое. Лопасти вертикально стоящие, длиной до 10 см и более, с реснитчатыми краями, у основания более светлые, к верхушке — темнее. Окраска лопастей — от зеленовато-серой до оливково-зеленой и коричневой. Нижняя поверхность лопастей светлее верхней, глянцевая, с многочисленными белыми пятнышками. В сыром виде лопасти мягкие, кожистые, с краями, завернутыми внутрь. Исландский мох можно легко спутать со сходным видом — цетрарией курчавой, заготовки которой не допускаются. Различить их можно, используя щелочь (КОН), — слоевище исландского мха при реакции краснеет, а слоевище цетрарии курчавой не меняет окраску. Исландский мох в значительных количествах встречается в Карпатах, Крымских горах, реже — на Полесье, преимущественно в молодых сосновых лесах на песчаных почвах, реже — на болотах.

С лечебной целью используют слоевища цетрарии исландской. В них содержится до 80 % углеводов (крахмал, глюкоза, галактоза); до 30 % белков, жиры, воск, камедь, органические кислоты (прежде всего — протолихестериновая и паралихестериновая).

Применение. Отвары исландского мха используют как обволакивающее средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и катарах верхних дыхательных путей (в виде отваров). Получаемый из лишайника препарат «Бинан» применяют как противотуберкулезное средство.

В народной медицине отвар цетрарии исландской используют для лечения истощенных больных. Наличие усниновой кислоты, обладающей антибиотическими свойствами, обуславливает наружное применение порошка лишайника при лечении ожогов, язв, гнойных ран.

ИССОП ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

СИНОНИМ: ЗВЕРОБОЙ СИНИЙ

❖ *Hyssopus officinalis L.*

Гісоп лікарський, іван-зілля (*укр.*)

Семейство Яснотковые — Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение или небольшой полукустарник со стержневым деревянистым корнем. Стебли восходящие, четырехгранные, коротко опушенные, в нижней части древеснеющие, высотой 20—70 см. Число стеблей на одном растении колеблется от 10 до 70 в зависимости от уровня плодородия почвы. Листья супротивные, ланцетные, к основанию клиновидно суженные, длиной до 3 см, шириной до 1 см, сверху темно-зеленые, снизу серо-зеленые, с отчетливой средней жилкой. К верхушке стебля листья мельчают. Цветки обоеполые, зигоморфные, ярко-синие или розово-фиолетовые, реже белые, ароматные, собраны в прерывистые колосовидные соцветия из трех-семи ложных полумутовок в пазухах верхних листьев. Цветение — в июне—августе. Плод — темно-коричневый четырехорешек. Родиной иссопа является Средиземноморье, в диком виде он встречается в Крыму, южной Степи на сухих холмах и каменистых

склонах. Еще в древности иссоп был введен в культуру, в наши дни выращивается как пряновкусовое, лекарственное и медоносное растение. Нередко встречается в одичавшем виде. По фармакологическим свойствам близок к шалфею лекарственному.

С лечебной целью используют траву — верхушки побегов с соцветиями. В ней содержится эфирное масло, дубильные вещества, урсоловая и олеановая кислоты, пигмент иссопин, смолы, горькие вещества. Растение оказывает антисептическое, спазмолитическое, отхаркивающее действие. В ряде европейских стран введен в официальную фармакопею, в Украине используется только в народной медицине.

Применение. Препараты иссопа используют при лечении желудочно-кишечного тракта, для улучшения пищеварения, возбуждения аппетита, при хронических колитах, запорах, метеоризме. Рекомендуют иссоп также при лечении бронхитов, трахеитов и ларингитов, при неврозе, стенокардии, ревматизме и анемии. Наружно используют

для полосканий при стоматитах и гингивитах, при воспалении глаз, конъюнктивитах, для лечения ушибов и гематом, ран и язв.

Из листьев иссопа получают масло, применяемое в медицине и парфюмерии, растение широко используют в пищевой и ликеро-водочной промышленности (например, иссоп является основой известного ликера «Шартрез»).

ИСТОД ГОРЬКОВАТЫЙ

❖ *Polygala amarelle Grantz*

Китятки гіркуваті (*укр.*)

Семейство Истодовые — Polygalaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище вертикальное, бурое, древеснеющее. Стебли высотой до 20—35 см, приподнимающиеся, с восходящими веточками. Листья мелкие, очередные, нижние — более крупные, образующие прикорневую розетку (у других видов истода розетки нет), обратнояйцевидные, при основании сужены в черешок; стеблевые — ланцетные или линейно-ланцетные, сидячие, заостренные, мельчающие к верхушке стебля. Цветки — двуполые, зигоморфные (неправильные), мелкие, длиной до 3—4 мм, синие или голубые, собраны в редкую кисть. Цветение — в мае—июне. Плод — гладкая продолговатая сердцевидная или обратнояйцевидная коробочка. В Украине истод горь-

коватый встречается на лугах, у болот, на торфяниках, среди кустарников на Полесье и в северных областях, реже — на севере Лесостепи. Иногда встречается южнее только в поймах Днепра, Днестра, Северского Донца, в Российской Федерации — на всей европейской части.

Кроме истода горьковатого в народной медицине применяют истоды обыкновенный, хохлатый, узколистный и др., имеющие сходный химический состав и терапевтическое действие. Лечебные свойства европейских представителей семейства Истодовые были выявлены в связи с необходимостью найти замену импортируемому из Южной Америки одному из лучших отхаркивающих препаратов — так называемому корню сенеги (*R. senega*). Исследованиями было выявлено, что европейские виды истода не уступают американскому сородичу.

С лечебной целью используют все части растения. В них содержатся сапонины (до 1 %), флавоноиды, гликозид гаултерин, дубильные вещества, эфирное масло, горечь полигаламарин.

Применение. В народной медицине истод используют как эффективное отхаркивающее средство при острых и хронических заболеваниях верхних дыхательных путей и как горечь для возбуждения аппетита.

КАДИЛО САРМАТСКОЕ, ИЛИ МЕЛИССОЛИСТНОЕ

❖ *Melittis sarmatica Klok.*

Кадило сарматське, бджільник (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) **—** ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Стебли прямые, четырехгранные, опушенные, высотой 30—80 см. Листья крупные, длиной до 7—9 см, шириной 2—5 см, черешковые, супротивные, широкояйцевидные, с крупногородчатым краем, рассеянноопушенные. Цветки крупные, диаметром до 4 см, двугубые, бело-розовые или сиреневые, расположены по два-шесть в пазухах верхних листьев,

с сильным медовым ароматом, привлекающим пчел (латинское название рода означает «пчела», «мед»). Цветение — в мае. Плоды — яйцевидные четырехорешки длиной до 4 мм. В Украине встречается в северо-западных областях в смешанных лесах, в грабинниках, на хорошо увлажненных плодородных почвах. Растение редкое, нуждается в охране.

С лечебной целью используют траву, заготавливаемую в период цветения. В ней содержатся кумарины, флавоноиды, эфирное масло (0,02 %), соединения меди, марганца, бария, серебра, ванадия.

Применение. Кадило сарматское используют только в народной медицине. Спиртовую (водочную) настойку травы в смеси с медом или свиным жиром принимают при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при болях в желудке и кишечнике. Применяют настойку и наружно при лечении ран и язв. Водный настой травы используют для полосканий при катарах и воспалительных процессах в ротовой полости.

КАЛАНХОЭ ПЕРИСТОЕ

❖ *Kalanchoe pinnata* (*Lam.*) *Pers.* (*Briophyllum pinnatum* (*Lam.*) *Kunz.*)

Каланхое пірчасте (*укр.*)

Семейство Толстянковые — Crassulaceae

Многолетнее травянистое растение. Корень сильно разветвленный, короткий. Стебель прямой, мощный, мясистый, высотой до 0,5—1 м, древеснеющий у основания. Листья сочные, толстые, черешковые, светло-зеленые, при хорошей освещенности — с красноватым оттенком; нижние — крупные, эллиптические, городчатые; верхние — парноперистосложные, с тремя-пятью городчатыми, реже зубчатыми по краю листочками, эллиптические или яйцевидные. Цветки обоеполые, крупные (диаметром до 3,5 см), зеленовато-розовые, трубчатые, собраны в метельчатые соцветия на верхушках побегов. Плоды — многосемянные листовки.

В естественных условиях встречается в странах тропического пояса. В Украине и России выращивается как популярное комнатное растение (в народе его иногда называют «хирург без ножа»), в южных областях — в открытом грунте в специализированных хозяйствах, а также в тепличных хозяйствах Киевской области.

С лечебной целью используют надземную часть каланхоэ, в которой содержатся флавоноиды, дубильные вещества, до 40 % полисахаридов, фенольные соединения, а также соединения магния, марганца, алюминия, кальция, меди и кремния. Сок растения и приготовленная на его основе мазь оказывают выраженное противовоспалительное действие, ускоряют очищение ран и язв от некротических (отмерших) тканей, способствуют быстрому их заживлению. Каланхоэ проявляет и антисептическое действие.

Применение. Сок каланхоэ применяют как наружное средство при лечении ожогов, экземы, трофических язв, при пересадке кожи, используют в хирургической практике при обработке гнойных ран после вскрытия абсцессов, панарициев и фурункулов. В офтальмологии применяют при лечении травм, ожогов, кератитов, эрозии роговицы, дегенерации сетчатки. Используют также при лечении

пародонтоза, гингивитов, стоматитов. В гинекологии сок и мазь каланхоэ применяют при лечении ран, пролежней, родовых разрывов, трещин сосков, эрозии шейки матки.

КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Viburnum opulus L.*

Калина звичайна (*укр.*)

Семейство Жимолостные — Caprifoliaceae

Кустарник или кустовидное деревце высотой до 4 м, с неправильной редкой кроной. Молодые ветви с серой корой, более старые — с буроватой или красноватой. Листья — длиной до 10 см, широкояйцеподобные, трех- или пятилопастные, по краю крупнонеравнозубчатые, супротивные; верхняя поверхность листа голая, ярко-зеленая, нижняя — тусклая, опушенная; листовые черешки значительно короче пластинок. Цветки белые, ароматные, в щитковидных соцветиях; краевые цветки более крупные (до 2,5 см), с пятираздельным венчиком, бесплодные, внутренние цветки — мелкие (диаметром до 5 мм), обоеполые, колокольчатые. Цветение — в мае—июне. Плоды — ярко-красные, овальные, сладко-горькие костянки длиной до 1 см, с плоскими косточками; после заморозков съедобные. Общеизвестное, популярное в России и Украине растение, встречающееся в широколиственных лесах на опушках, полянах, по берегам рек и озер; часто выращивается в садах, парках и скверах.

В лечебных целях используют корни калины, а в народной медицине также плоды и цветки. В коре содержатся флавоноиды, органические кислоты, смолы и спирты, дубильные вещества, малоизученный гликозид вибурнин. В состав плодов входят сахара, органические кислоты и микроэлементы, флавоноиды, пектины и витамины. В семенах имеется жирное масло.

Применение. В официальной медицине отвар и жидкий экстракт коры калины назначают при маточных кровотечениях, болезненных менструациях, как витаминное и легкое мочегонное средство.

В народной медицине отвар цветков применяют при кашле, простуде, желудочных заболеваниях, атеросклерозе. Плоды употребляют

в свежем виде при гипертонической болезни. При сердечных заболеваниях рекомендуется употреблять плоды вместе с косточками. Плоды с медом назначают при кашле, простуде, одышке, заболеваниях почек и желудка.

КАЛУЖНИЦА БОЛОТНАЯ

❖ *Caltha palustris L.*

Калюжниця болотяна, жаб'яча трава (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение с кистевидным мочковатым корнем. Стебель мясистый, утолщенный, приподнимающийся или прямостоячий, высотой 15—70 см, вверху разветвленный. Прикорневые листья розеточные, черешковые, блестящие, темно-зеленые, сердцевидные, городчатые или крупнозубчатые. Верхние листья сидячие, почковидные, цветки правильные, крупные, диаметром до 5 см,

ярко-желтые, блестящие, пятираздельные, околоцветник простой, венчиковидный. Цветение — в апреле. Плоды — листовки, сидящие по 5—12 штук на плоском цветоложе.

Встречается на всей территории Украины, России и Беларуси на хорошо увлажненных почвах, по берегам водоемов, на заболоченных и заливных лугах. Одно из самых раноцветущих растений.

С лечебной целью используют траву калужницы. В ней содержатся сапонины, флавоноиды, алкалоиды, аскорбиновая кислота (37 мг%), каротин, дубильные вещества. В свежей траве обнаружен протоанемонин (анемонол).

Применение. Траву калужницы используют только в народной медицине. В связи с тем, что ***растение ядовито***, применяют его только наружно, как противовоспалительное и обезболивающее средство при ожогах, нейродермите, экземе. Измельченные листья, обваренные кипятком, заворачивают в марлю и в виде компрессов прикладывают к пораженным местам. Из настоя травы делают ванны при простудных заболеваниях. Сок из свежих листьев и бутонов применяют как ранозаживляющее средство. Имеются сведения о слабом противоопухолевом действии калужницы болотной.

КАПУСТА ОГОРОДНАЯ

❖ *Brassica oleraceae L.*

Капуста городня (*укр.*)

Семейство Капустные (***Крестоцветные***) —
Brassicaceae (***Cruciferae***)

Двулетнее травянистое растение, одна из важнейших овощных культур. В результате селекции, насчитывающей не одно тысячелетие, получено много различных форм капусты — белокочанная, краснокочанная, цветная, брокколи, пекинская, савойская, брюссельская, кольраби, листовая и др. Наибольшие посевные площади занимает белокочанная капуста, а брюссельская лидирует по содержанию минеральных солей и витаминов.

В капусте содержится клетчатка, сахара, витамины С, А, B_1, B_2, B_6, Р, К, U, тартоновая кислота и др. Витамин U способствует заживле-

нию язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, тартоновая кислота препятствует превращению углеводов в жиры, предотвращает ожирение, клетчатка улучшает перистальтику кишечника. Полезны соли калия и натрия, регулирующие водный баланс организма.

Применение. Свежий сок капусты способствует зарубцовыванию язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, полезен он при холецистите, ожирении, атеросклерозе, гастрите с пониженной кислотностью, при колитах. Наружно листья капусты успешно применяют как доступное средство при воспалениях, ушибах, растяжениях, при головной боли. Кислую капусту и теплый рассол из нее употребляют внутрь при геморрое, особенно если он сопровождается запорами и кровотечениями, а также при заболеваниях печени. Свежая и квашеная капуста — испытанное противоцинготное средство.

КАРАГАНА ДРЕВОВИДНАЯ, ЖЕЛТАЯ АКАЦИЯ

❖ *Caragana arborescens Lam.*

Жовта акація, чиляга (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Кустарник, реже кустовидное деревце высотой 2—6 м. Корневая система мощная, глубоко проникающая в почву. Стволики (диаметром до 5—7 см) и ветви покрыты гладкой зеленовато-серой корой. Молодые побеги мягкие, тонкие. Листья очередные, черешковые, парноперистораздельные, состоящие из пяти-восьми пар продолговато-эллиптических светло-зеленых листочков. Цветки желтые, зигоморфные, обоеполые, расположены в пазухах листьев в пучках по две-пять штук. Цветение — в мае. Плод — линейно-цилиндрический боб. На территории Украины желтая акация встречается повсеместно, особенно в южных и восточных регионах. Растет на хорошо освещенных участках в разреженных лесах, на опушках, склонах холмов, террасах речных долин. Нетребовательна к плодородию и увлажненности почвы, как хорошая лесомелиоративная культура часто высаживается в полезащитных насаждениях, в верховьях оврагов и балок. Отличный медонос (медопродуктивность до 350 кг/га).

В семенах содержатся белки (до 20 %), жиры (до 8 %), углеводы (свыше 30 %), дубильные вещества (до 2 %). Листья отличаются высоким содержанием аскорбиновой кислоты (до 400 мг%), каротина.

Применение. Недозрелые плоды и семена можно употреблять в пищу, листья — использовать для приготовления витаминных концентратов. В народной медицине отвар коры и корней желтой акации применяют как мягчительное средство при простудных заболеваниях. Настой коры, листьев и цветков используют при изжоге, заболеваниях печени, атеросклерозе, авитаминозе. Отвар и настой листьев оказывает антибактериальное действие.

КАРТОФЕЛЬ КЛУБНЕНОСНЫЙ

❖ *Solanum tuberosum L.*

Картопля городня (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Общеизвестная огородная культура, хозяйственное, экономическое и социальное значение которой невозможно переоценить. Огромная продовольственная и техническая ценность картофеля допол-

няется лечебными свойствами, которые обусловлены богатым химическим составом его клубней.

В клубнях картофеля, в зависимости от сортовой принадлежности и условий выращивания, содержится 14—22 % крахмала, аминокислоты (в том числе незаменимые), сахара, минеральные соли, соединения калия, кальция, магния, фосфора, всего же в составе клубней имеется 32 микроэлемента. Богат картофель и витаминами, в нем содержится до 50 мг% аскорбиновой кислоты, витамины B_1, B_2 (рибофлавин), B_3, B_6, PP, H, биофлавоноиды и филохиноны.

Применение. Картофель обладает обволакивающим, болеутоляющим, противовоспалительным свойствами. В народной медицине свежий картофельный сок назначают внутрь при высоком артериальном давлении, он также способствует уменьшению выделения кислоты пищеварительными железами и рубцеванию язв на слизистой оболочке пищеварительного тракта. Хорошо помогает при различных диспепсических расстройствах, является легким слабительным при гастритах, связанных с запорами. Картофельный крахмал используется как основа для присыпок и наполнителей порошков и таблеток. Картофель входит в состав питательных косметических масок, в натертом виде используется при лечении гнойничковой экземы, пиодермии, дерматитов, ожогов, кожных изъязвлений. При простудных заболеваниях верхних дыхательных путей проводят ингаляцию паром картофеля (терапевтическая эффективность этой процедуры сомнительна, но облегчение состояния бесспорно). Прозелененный на свету картофель, содержащий соланин, используют для компрессов при артритах.

КАССИЯ ОСТРОЛИСТНАЯ, СЕННА

❖ *Cassia angustifolia Del.*

Касія гостролиста (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Полукустарник высотой до 1 м, в условиях культуры — до 1,5—2 м. Корень стержневой, маловетвистый, темно-бурый, очень глубоко

проникающий в почву. Стебель сильно ветвистый от основания, нижние ветви длинные, почти горизонтально стелющиеся. Листья очередные, сложные, из 4—6 парноперистых, супротивно расположенных ланцетных листочков длиной до 3 см, шириной до 2 см. Цветки довольно крупные, желтые, зигоморфные (неправильные), собраны в кистевидные соцветия в пазухах листьев. Цветение — в июне—сентябре. Плоды — плоские сухие стручки оливково-коричневого цвета, длиной до 5 см. Семена крупные, угловато-сердцевидные. В диком виде кассия встречается в пустынях Азии и Африки, в культуре выращивается в Казахстане и Средней Азии, возможно выращивание в южных областях Украины и в Крыму в однолетнем цикле.

С лечебной целью используются листья кассии, которые издавна ввозились в Россию из Александрии Египетской, за что получили название «александрийский лист». В надземных частях кассии содержатся антрагликозиды (до 5 %), флавоновые гликозиды, изорамнетин, пальмитиновая, стеариновая, другие органические кислоты.

Применение. Смесь листьев и стручков кассии в виде водного настоя применяют как медленно действующее мягкое слабительное при хронических атонических запорах, при геморрое, при запорах у беременных. Лист кассии входит в состав травяных сборов для приготовления слабительных чаев.

КАТАРАНТУС РОЗОВЫЙ, БАРВИНОК РОЗОВЫЙ

❖ *Catharanthus roseus* (*L.*) *G. Don.*

Барвінок кімнатний, барвінок рожевий (*укр.*)

Семейство Кутровые — Apocinaceae

Вечнозеленое многолетнее кустарниковое растение, в субтропиках СНГ возделывается в однолетней культуре, в Украине — как комнатная декоративная культура. Промышленные плантации катарантуса расположены преимущественно в Грузии.

Кустики — высотой до 50—60 см, округлые, до 70 см в диаметре. Растение густоветвистое, число побегов достигает 65. Корневая система стержневая, главный корень — длиной до 30 см, с многочисленными баковыми корешками, светло-желтой окраски, с сильным специфическим запахом. Стебли четырехгранные, красноватого

цвета (у белоцветковых форм окраска стеблей светло-зеленая). С возрастом стебли одревесневают, междоузлия укорачиваются. Листья супротивные, цельнокрайние, короткочерешковые, клиновидно суженные к основанию; сверху — глянцево-темно-зеленые, снизу — матово зеленые, с перистым жилкованием, длиной до 8 см, шириной до 3,5 см. Цветки розовые, реже красные или белые, диаметром до 3,5—4 см, венчик пятилепестный, трубчатосросшийся, с раздельными отгибами. Плод — две листовки длиной до 3,5 см, семена мелкие, темные, многочисленные. Цветение — с июля до заморозков.

С лечебной целью используют листья катарантуса. В них содержится более 80 алкалоидов индольного ряда, из которых важнейшими являются винбластин и винкристин, широко применяющиеся в медицине в качестве противоопухолевых средств.

Применение. Из листьев катарантуса розового изготавливают препарат «Розевин», назначаемый при лимфогрануломатозе, гематосаркомах, хорионэпителиоме и др.

КАЧИМ МЕТЕЛЬЧАТЫЙ

❖ *Gypsophila pamiculata L.*

Ліщиця волотиста, перекоти-поле (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Caryophyllaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище мощное, вертикальное, переходящее в длинные, глубоко проникающие стержневые корни. Стебель (или несколько стеблей) — разветвленный от самого основания, образует шаровидный куст диаметром 40—100 см. Листья сидячие, мелкие,

с восковой кутикулой; нижние — продолговато-ланцетные, рано отмирающие, верхние — линейно-ланцетные, сизо-зеленые, заостренные. Цветки очень мелкие, белые, пятилепестные, в шаровидных метельчатых соцветиях. Цветение — в июне—июле. Плоды — четырехстворчатые продолговатые коробочки с немногочисленными продолговатыми семенами. Созревание семян — в августе—сентябре. На территории Украины встречается повсеместно, кроме Карпат, в России — в южных регионах. Обычное растение южных засушливых регионов, растет на пологих склонах балок, речных долин, выгонах, пастбищах, вдоль дорог и т. д., образует разреженные группы и заросли.

Применение. С лечебной целью применяют корни качима, в которых содержатся сапонины (до 5,5 %). Растение обладает слабительным, рвотным, обезболивающим и инсектицидным действием. Отвар корней, реже — травы используют как слабительное и отхаркивающее средство. В старину корни качима служили заменителем мыла, их использовали для приготовления пенящихся напитков.

Растение ядовито.

КАШТАН КОНСКИЙ

❖ *Aesculus hippocastanum L.*

Каштан кінський, гіркокаштан (*укр.*)

Семейство Конскокаштановые — Hippocastanaceae

Листопадное дерево высотой до 30 м, с густой стройной кроной округло-яйцевидной формы. Кора ствола бурая или серо-бурая, покрытая трещинами, на молодых ветвях — светло-бурая. Почки крупные, клейкие, листья супротивные, черешковые, пальчатосложные, диаметром до 25 см. Листочки обратнояйцевидные, заостренные на верхушке, морщинистые, сверху темно-зеленые, снизу более светлые, опушенные, по краю двоякопильчатые. После опадения листьев на коре остается рубец в форме подковы. Цветки — с пятилопастным неправильным венчиком, белые с красноватыми пятнами, в вертикально расположенных многоцветковых пирамидальных соцветиях («свечках»). Цветение — в мае. Плод — округло-

шаровидная шиповатая створчатая коробочка диаметром до 6 см, с одним-двумя крупными семенами. Семена блестящие, гладкие, темно-коричневые с муаровым рисунком и большим серым пятном у основания. Созревание — в сентябре—октябре. В Украине одно из самых популярных городских и парковых деревьев, особенно в степных и лесостепных регионах.

Насаждения конского каштана в Европе в последние годы находятся под угрозой исчезновения в связи с массовым размножением опасного вредителя — каштановой минирующей моли.

С лечебной целью используют кору, листья, семена и цветки конского каштана. В них содержатся тритерпеноиды, сапонины, фенолы, фенолкарбоновые кислоты, катехины, дубильные вещества, кумарины, витамины, жирное масло.

Применение. В научной медицине используют ряд препаратов, приготовленных из конского каштана, — «Эсфлазид», «Эскузан», «Вазотонин», «Дескузан», «Веногал». Применяют их в основном при варикозном расширении вен, геморрое, хронических воспалительных процессах в кишечнике, повышенной кислотности желудочного сока, болезнях селезенки, бронхите, артрите, подагре, воспалении седалищного нерва. Препарат «Эскувазин» используют при лечении гипертонической болезни, для профилактики инсульта.

В народной медицине свежий сок цветков каштана употребляют внутрь при геморрое, варикозном расширении вен, тромбофлебите, атеросклерозе. В этих же случаях используют спиртовую настойку цветков, а водный настой коры употребляют при длительной диарее и малярии.

Листья и семена конского каштана являются предметом экспорта.

КЕНДЫРЬ КОНОПЛЕВЫЙ

❖ *Apocynum cannabinus L.*

Кендир коноплянии (*укр.*)

Семейство Кутровые — Apocynaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище мощное, горизонтальное, с хорошо развитыми мясистыми корнями. Стебель высотой

до 1,5—2 м и более, цилиндрический, серо-зеленый, в верхней части красно-бурый, ветвистый. Листья с короткими черешками, супротивные, продолговато-широколанцетные, длиной до 15 см, шириной до 4 см, цельнокрайние. Цветки мелкие, зеленовато-белые, в рыхлых полузонтиках на верхушках стеблей. Цветение — в июне—августе. Плод — узкая и длинная, до 15 см, листовка от желтой до грязно-фиолетовой окраски; созревание плодов — в сентябре—октябре. Родина растения — умеренная зона Северной Америки, где оно издавна использовалось индейцами в лечебных целях. В странах Европы и России культивируется как лекарственное растение.

С лечебной целью используют корневища и корни кендыря конопляного. Основным действующим веществом растения является гликозид цимарин, близкий по химическому строению к строфанту. Содержание цимарина в корнях достигает 0,3—0,5 %. Кроме того, в корневищах содержится цинноканозид, апоканнозид, ряд кислот (стеариновая, пальмитиновая, олеиновая, олеаноловая), танины.

Применение. Первоначально настой кендыря применяли как мочегонное средство, позже было установлено, что препараты этого растения эффективны при лечении заболеваний сердечно-сосудистой системы. Препараты «Цимарин» и «Кентозид» назначают

при сердечной недостаточности, аритмии, нарушениях сердечного кровообращения 2-й и 3-й степени. В некоторых случаях препараты кендыря коноплевого действуют более эффективно, чем препараты наперстянки и строфанта.

КИЗИЛ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Cornus mas L.*

Дерен звичайний, кизил (*укр.*)

Семейство Кизиловые — Cornaceae

Листопадный кустарник или небольшое деревце, типичное растение подлеска буково-грабовых лесов. Кустарниковые формы достигают высоты 4 м, древесные — 8—9 м. Кора темно-серая, почти черная. Корневая система разветвленно-мочковатая, расположена в верхних горизонтах почвы, на глубине 50—60 см. Ветви горизонтально расположенные, раскидистые. Листья простые, супротивные, длиной до 8 см, с характерным дуговидным жилкованием, ярко-зеленые, блестящие. Цветки мелкие, обоеполые, с четырехраздельным венчиком желтого цвета, собраны в зонтиковидные соцветия по 15—20 штук. Цветение очень раннее, в марте—апреле. Плод — сочная удлиненно-овальная костянка, встречаются формы с грушевидными, каплевидными и другими плодами. Цвет плодов — насыщенно-красный, реже — темно-фиолетовый, почти черный.

В естественных условиях кизил широко распространен в горных лесах Крыма и Кавказа, является одним из самых используемых дикорастущих плодовых растений. Благодаря неприхотливости, значительной морозостойкости, устойчивости к вредителям и болезням активно вводится в культуру в более северных регионах, выращивается в садах. Имеется несколько селекционных форм.

С лечебной целью используют плоды, листья, корни и кору кизила. В плодах содержится до 14 % сахаров (глюкоза и фруктоза), до 10 % дубильных веществ, до 3,5 % органических кислот — яблочной, лимонной, янтарной, — флавоноиды и антоцианы, витамин С, пектины, эфирное масло. В коре имеются горечи и гликозид корнин, листья отличаются высоким содержанием дубильных веществ

(до 15 %). Кизил оказывает противовоспалительное, вяжущее, желчегонное, мочегонное и бактерицидное действие.

Применение. Плоды и кору в виде отвара используют как общеукрепляющее, тонизирующее, возбуждающее средство. Плоды применяют как желчегонное средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, как вяжущее — при поносах и дизентерии. Настой цветков и листьев в народной медицине рекомендуют как жаропонижающее и бактерицидное средство при простудных заболеваниях, туберкулезе легких. Используют кизил при лечении суставных заболеваний, подагре, цистите. Плоды в свежем и переработанном виде являются хорошим противоцинготным средством. Отвар корня применяют наружно в виде компрессов при лечении язв, фурункулов, нарывов. Имеются сведения, что косточки (семена) кизила успешно используют для лечения тяжелых форм геморроя.

КИРКАЗОН ЛОМОНОСОВИДНЫЙ

❖ *Aristolochia clematitis L.*

Хвилівник звичайний (*укр.*)

Семейство Кирказоновые — Aristolochiaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, с хорошо развитым пробковым слоем. Стебель прямостоячий, редко слабоветвистый, слегка извилистый, светло-зеленый, высотой 30—80 см. Листья черешковые, очередные, яйцевидные или округлые с сердцевидным основанием, матово-зеленые, длиной до 10 см, цельнокрайние или мелкозубчатые. Цветки зигоморфные, двуполые, трубчатые, светло-желтые, расположены пучками по 2—8 в пазухах листьев на цветоножках длиной 10—12 мм. Цветение — в мае—июне. Плод — висячая, в незрелом состоянии мясистая, зеленая шестидольная коробочка длиной до 5—6 см. Семена многочисленные, голые, буроватые, длиной до 1 см.

На территории Украины и европейской части Российской Федерации встречается повсеместно как сорняк по берегам водоемов, в оврагах, на влажных лугах, в огородах и т. д.

С лечебной целью используют все части растения, заготавливают сырье в период созревания плодов. Корневища кирказона содержат алкалоиды (аристолохин, магнофлорин), эфирное масло, горечи, дубильные вещества; в листьях содержится аристолохин, аристолохиевая кислота, эфирное масло, органические кислоты, каротин; семена содержат, кроме указанных веществ, жирное масло.

Кирказон оказывает успокаивающее, противовоспалительное, мочегонное, ранозаживляющее, дезинфицирующее действие, регулирует метаболизм (обмен веществ).

Применение. Отвар и настой травы и корней используют при отеках различного происхождения. Эффективен отвар при повышенном артериальном давлении, при расстройствах желудочно-кишечного тракта, проявляет обезболивающее и послабляющее действие. Иногда препараты кирказона назначают при простудных заболеваниях как потогонное и противовоспалительное средство. В народной медицине кирказон используют при укусах ядовитых змей, применяют как успокаивающее средство при эпилепсии, судорогах, параличе.

Растение ядовито.

КИСЛИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Oxalis acetosella L.*

Квасениця звичайна, заячий квас (*укр.*)

Семейство Кисличные — Oxalidaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, горизонтально расположенное, тонкое, членистое. Стебель редуцированный, укороченный. Листья прикорневые, тройчатые, длинночерешковые, черешки опушенные, листовая пластинка тонкая, нежная, листочки обратносердцевидные, цельнокрайние, в темное время складываются по центральной жилке, отгибаясь книзу. Цветочные стрелки безлистные, по высоте превышают листья, достигая 20 см. Цветки актиноморфные (правильные), пятилепестные, белые с фиолетовыми жилками, при основании с желтым пятном. Цветение — в мае—июне. Плод — продолговато-яйцевидная пятигнездная коробочка с яйцевидными коричневыми семенами. Созревание плодов — в августе. В Украине и России часто встречается на влажных кислых почвах в хвойных и особенно еловых лесах, в северных и западных регионах, на западе Лесостепи.

С лечебной целью используют траву и листья кислицы. В них содержатся щавелевая, яблочная, янтарная кислоты и их соли, витамин С (до 150 мг%), каротин, рутин, флавоноид ориентин.

Применение. Кислица оказывает диуретическое, противовоспалительное, противоцинготное, антигельминтное, желчегонное и ранозаживляющее действие. Настой и отвар травы применяют при заболеваниях печени, желтухе, нефрите, скрофулезе. Сок и настойку используют как противовоспалительное при диарее; наружно (для полосканий) — при язвенном стоматите; компрессы из запаренных листьев — при нарывах и диатезе. Свежий сок листьев применяют как ранозаживляющее и при нарывах в виде примочек, настоем травы полощут горло при ангине, воспалительных процессах в полости рта.

Противопоказаны препараты кислицы при подагрических артритах, нарушениях свертываемости крови, тяжелых заболеваниях почек, мочекаменной болезни. Наличие в кислице большого

количества щавелевой кислоты может вызывать и другие побочные эффекты.

Растение слабо ядовито.

КЛЕВЕР ЛУГОВОЙ

❖ *Trifolium pratense L.*

Конюшина лучна, конюшина червона (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее, реже двулетнее травянистое растение. Корень стержневой, разветвленный, хорошо развитый. Главный стебель короткий, редуцированный, цветоносные стебли восходящие, отрастают из пазух прикорневых листьев, достигая высоты 15—60 см. Листья тройчатые, черешковые, с широкояйцевидными листочками; нижние — мелкозубчатые по краю, верхние — цельнокрайние, удлиненно-яйцевидные. На ночь листочки складываются. Цветки мелкие, красные или розовые, зигоморфные, собраны в соцветия — рыхлые округлые или слегка продолговатые одиночные, а чаще парные головки с оберткой из двух верхних листочков. Цветение — с весны до заморозков. Плод — яйцевидный односемянный боб.

На территории Украины и европейской части России встречается повсеместно на лугах, выгонах, пастбищах, пологих берегах водоемов, часто образует сплошной луговой покров. Имеет большое значение в луговом кормопроизводстве как высокобелковое растение, является хорошим медоносом.

Растение применяют только в народной медицине. С лечебной целью используют соцветия с верхними листочками. В траве и соцветиях клевера лугового содержатся гликозиды трифолин и изотрифолин, изорамнетин, кверцетин, аспарагин, тирозин, органические кислоты (салициловая и кумариновая), ситостеролы, витамины, каротин. Клевер оказывает отхаркивающее, мочегонное, потогонное, кровоостанавливающее и антисептическое действие.

Применение. Настой и отвар свежих или высушенных соцветий клевера применяют при анемии, болезнях легких, заболеваниях

верхних дыхательных путей, бронхиальной астме, одышке, малярии, скрофулезе. Флавоноиды, содержащиеся в клевере, предупреждают накопление холестерина в крови, поэтому растение используют для профилактики атеросклероза. Свежие толченые листья и головки, как и свежий сок растения, используют наружно для остановки кровотечений, заживления ран, при ожогах, абсцессах, панарициях, при лечении конъюнктивитов. Водный настой клевера употребляют при авитаминозах. Чай из соцветий клевера — признанное народное средство при маточных кровотечениях.

КЛЕН ОСТРОЛИСТНЫЙ, ИЛИ ПЛАТАНОВИДНЫЙ

❖ *Acer platanoides L.*

Клен гостролистий (*укр.*)

Семейство Кленовые — Aceraceae

Листопадное дерево высотой до 30 м. Крона раскидистая, кора стволов и скелетных ветвей темная, буро-серая, с возрастом покрывается трещинами. Молодые побеги тонкие, красноватые, почки заостренно-яйцевидные. Листья крупные, до 20 см, черешковые, очередные, пяти-семилопастные, с немногочисленными заостренно-оттянутыми зубцами; основание листа широкояйцевидное. Цветки зеленовато-желтые, мелкие, пятираздельные, собраны в щитковидные соцветия на концах боковых веточек. Цветение — в апреле — мае. Плод плоский, крылатый, распадающийся на два односемянных орешкообразных плодика с односторонними крыльями. Плодоношение — в сентябре. На территории Украины и России растет повсеместно в лиственных и смешанных лесах, лесополосах, парках, городских насаждениях. Широко применяется в лесомелиорации и озеленении.

Очень популярен клен в Канаде, где он является национальным символом государства. Еще в XIX в. здесь было налажено промышленное производство кленового сока, сиропа и сахара. Эти продукты отличаются тонким ароматом и вкусом, используются как витаминные препараты.

В народной медицине применяют молодые листья и кленовый сок. В листьях содержатся дубильные вещества, каучук, алкалоиды, углеводы, органические кислоты, флавоноиды, аскорбиновая кислота, каротин. Сок содержит 1,5 % сахаров и каучук. Препараты клена оказывают мочегонное, антисептическое, противовоспалительное, ранозаживляющее и жаропонижающее действие.

Применение. Свежий кленовый сок (заготавливаемый подобно березовому соку) полезен как общеукрепляющее средство, применяется также при лечении кашля. Настой и отвар листьев показаны при желтухе, почечнокаменной болезни, а в немецкой народной медицине считаются средствами, повышающими потенцию. Препараты клена используют при лечении острых респираторных заболеваний, болезней верхних дыхательных путей. Отвар листьев пьют после родов, распаренные листья применяют в качестве компрессов при фурункулезе.

КЛЕЩЕВИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Ricinus communis L.*

Рицина звичайна (*укр.*)

Семейство Молочайные — Euphorbiaceae

Многолетнее травянистое растение, в климатических условиях Украины выращивается в однолетней культуре. Корневая система стержневая, главный корень глубоко проникает в почву, а его ответвления расположены в пахотном слое на глубине до 30 см. Стебель в климатических условиях Украины достигает высоты 2—3 м, а на родине, в странах Азии и Африки, вырастает до 8—10 м. Стебель полый внутри, у основания древеснеющий, коленчатый, фиолетовый или красновато-коричневый, очень мощный. Листья многочисленные, крупные, диаметром до 30 см и более, длинночерешковые, пальчатонадрезанные, преимущественно очередные. Цветки однополые, белые или зеленовато-желтые, собраны в кисти длиной до 30 см. Цветение неодновременное — цветки центральных кистей распускаются в июне—июле, боковых — в августе. Плоды — сухие крупные коробочки различной окраски. Семена крупные, яйцевидные,

блестящие, с пестрой серо-коричневой или иной окраской. Культивируется в южных областях Украины как масличное и лекарственное растение, часто выращивается как быстрорастущий декоративный крупномерный однолетник.

В семенах содержится сильно ядовитое вещество рицин, а также до 50 % жирного (касторового) масла, состоящего из глицеридов рицинолевой, стеариновой, олеиновой, линолевой и других кислот и глицерина. Отличительной чертой касторового масла является низкая температура замерзания, чем обусловлено его применение в авиации и других областях техники. В медицине оно используется как слабительное, ранозаживляющее и противовоспалительное средство.

Применение. Касторовое масло в лечебных целях применяли еще древние египтяне. Сейчас его используют преимущественно в качестве слабительного при воспалениях пищевых путей, колите и лихорадке, наружно — для заживления ран, ожогов, выведения бородавок, веснушек; в гинекологической практике — для усиления сокращения матки; в косметике — для смягчения кожи. На основе касторового масла готовят мази, эмульсии, бальзамы, пасты и т. п. — для наружного применения.

Противопоказано касторовое масло в качестве слабительного при отравлении жирорастворимыми токсическими веществами (например, бензолом). Семена клещевины сильно ядовиты.

КЛЮКВА ЧЕТЫРЕХЛЕПЕСТНАЯ, КЛЮКВА БОЛОТНАЯ

❖ *Oxycoccus quadripetalus Gilib.*

Журавлина чотирипелюсткова, журавлина звичайна (*укр.*)

Семейство Брусничные — Vacciniaceae

Вечнозеленый стелющийся кустарничек. Побеги гибкие, тонкие, ползучие или приподнимающиеся, укореняющиеся в узлах, красновато-бурые, длиной до 80 см. Цветоносные побеги короткие, приподнимающиеся. Листья короткочерешковые, продолговато-яйцевидные, зимующие, блестящие, кожистые, сверху глянцево-зеленые, снизу беловатые. Цветки розовые или темно-розовые, с четырехраздельным венчиком, на длинных опушенных цветоножках, собраны по 2—5 на верхушках прошлогодних побегов. Цветение — в мае. Плод — темно-красная шаровидная очень кислая ягода с сочной мякотью и блестящей тонкой кожицей (в дословном переводе с греческого *oxycoccus* — «кислый шарик»). Созревают плоды в сентябре—октябре и, будучи несобранными, зимуют под снегом до весны следующего года. Клюква — растение северных регионов, в Украине встречается ограниченно в Прикарпатье, Карпатах и на Полесье на болотах и в заболоченных лесах, в России

и Беларуси — массово. Обычные спутники этого растения — сосна, багульник, голубика, осоки, сфагновый мох. В Карпатах и Западном Полесье встречается близкородственный вид — клюква мелкоплодная (*Oxycoccus microcarpus Turcz.*), используемый наравне к клюквой четырехлепестковой.

С лечебной целью используют ягоды клюквы. Заготовленные осенью, после первых заморозков, более ценны, чем заготовленные после зимовки («подснежная клюква»), так как под действием низких температур количество витаминов в ягодах значительно уменьшается. В плодах клюквы содержатся органические кислоты (бензойная, лимонная, хинная, урсоловая и др.), сахара, пектины, гликозид вакцинин, аскорбиновая кислота, много минеральных соединений калия, кальция, фосфора, железа, марганца. Бензойная кислота, будучи хорошим консервантом, обуславливает возможность длительного хранения ягод.

Применение. С давних времен клюкву используют как эффективное антицинготное средство, назначают при гипо- и авитаминозах. Мочегонные и бактерицидные свойства ягод используют для профилактики и лечения болезней почек, мочевыводящих путей и мочевого пузыря. Клюквой лечат гастриты с пониженной кислотностью, панкреатит в начальных стадиях. Сок клюквы с медом применяют при лечении простудных заболеваний, при гипертонической болезни.

Употребление клюквы противопоказано при язве желудка и острых воспалительных процессах пищеварительного тракта.

КОЗЛЯТНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Galega officinalis L.*

Галега лікарська (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневая система стержневая, главный корень незначительно разветвлен. Стебли многочисленные, прямостоячие, высотой до 1 м, ветвистые, неопушенные. Листья сложные, непарноперистые, черешковые, длиной до 20 см, с за-

остренными листочками. Цветки мотыльковые, с темно-синим флагом и белыми крыльями и лодочкой; собраны в рыхлые кистевидные соцветия длиной до 20 см. Цветение — с июня по август. Плод — цилиндрический многосемянный боб, расположенный вертикально, длиной до 4 см. Семена почковидные, гладкие, зеленовато-желтые. Плодоношение — в сентябре. На территории Украины и России растение встречается повсеместно на хорошо увлажненных почвах, по берегам рек, озер, на лугах, во влажных лесах.

В лечебных целях применяется трава козлятника. В ее состав входят алкалоид галегин, флавоноиды (кемпферол, кверцетин, изорамнетин и др.), сапонины, дубильные вещества, горечи, каротин, сахара, протеин.

Применение. В официальной медицине траву козлятника в виде водного настоя используют при легкой форме сахарного диабета. В народной медицине козлятник применяют в виде отваров, настоев и в составе травяных сборов. Козлятник используют при лечении и для профилактики сахарного диабета, для увеличения лактации у кормящих матерей, а также как мочегонное средство.

КОЛОКОЛЬЧИК КРУГЛОЛИСТНЫЙ

❖ *Campanula rotundifolia L.*

Дзвоники круглолисті (*укр.*)

Семейство Колокольчиковые — Campanulaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище тонкое, ветвистое, стелющееся. Стебли тонкие, неопушенные, высотой 15—60 см. Листья в нижней части стебля и листья нецветущих побегов округлые, почковидные или сердцевидные, цельнокрайние или крупнозубчатые, длинночерешковые, отмирающие в период цветения; листья цветущих побегов ланцетные или линейно-ланцетные; все листья — очередные. Цветки крупные, до 2 см, светло-голубые с лиловым оттенком, поникающие, на длинных свисающих цветоножках; соцветие — разреженная метелка. Чашечка цветка пятираздельная, колокольчатая, с широкораздельным пятилопастным венчиком, лопасти коротко заострены. Цветение — с июня по сентябрь. Плод —

коробочка с тремя отверстиями у основания. На территории Украины и России встречается повсеместно на лесных опушках, среди кустарников, на лугах.

С лечебной целью используют надземную часть растения, заготавливаемую во время цветения. Химический состав в специальной литературе описан противоречиво. В траве колокольчика содержатся алкалоиды, флавоноиды, кемпферол, кверцетин, органические кислоты, каротин, витамин С.

Применение. Растение используют только в народной медицине. Отвар надземной части принимают при внутренних кровотечениях, при заболеваниях, вызванных поднятием тяжестей. Спиртовую настойку применяют для полосканий при ангине, настой травы — для полосканий при стоматитах, гингивитах. Кашицу из свежих листьев прикладывают к фурункулам, гнойным ранам и язвам. Ванны с добавлением настоя или отвара травы назначают при нервных расстройствах, эпилепсии.

Кроме колокольчика круглолистного в народной медицине используют также колокольчик персиколистный и колокольчик скученный.

КОНОПЛЯ ПОСЕВНАЯ

❖ *Cannabis sativa L.*

Коноплі посівні (*укр.*)

Семейство Коноплевые — Cannabaceae

Одна из древнейших прядильных и масличных культур, до недавнего времени занимавшая значительные посевные площади. В Украине культивировалась в основном в центральных регионах.

Однолетнее травянистое двудомное растение высотой до 3 м, часто дичающее. С лечебной целью используют плоды, известные под названием «конопляное семя». Плоды конопли округло-яйцевидные, зеленовато-желтые, односемянные, голые, длиной до 5 мм, в поперечнике до 3—4 мм, блестящие. В них содержится гликозид каннабин, до 35 % жирного масла, 15—20 % белков, витамин К, слизистые вещества, холин и др.

Применение. В народной медицине конопляное семя используют как смягчающее и слизистое средство. Наружно компрессы из распаренного семени применяют при ревматизме, ожогах и нарывах, в виде примочек при болезнях глаз. Внутрь конопляное семя принимают в виде отвара и настойки при водянке, золотухе, геморрое, а также как мочегонное средство. В виде настойки назначают при туберкулезе легких. Ранее особенно широко в народной медицине применялось так называемое конопляное молоко — эмульсия из толченого семени, обладающая укрепляющими, успокаивающими и очистительными свойствами.

КОПЕЕЧНИК АЛЬПИЙСКИЙ, ИЛИ СИБИРСКИЙ

❖ *Hedysarum alpinum L.* (*H. sibiricum Ledeb.*)

Грошовик альпійський, або сибірський (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение с длинным, мощным, разветвленным корневищем. Стебли голые, прямостоячие, многочислен-

ные (2—15), облиственные, высотой до 1,5 м. Листья непарноперистые, с удлиненно-эллиптическими или ланцетовидными тупыми листочками. Цветки зигоморфные, как у всех бобовых, на коротких, до 3 мм, цветоножках, с темно-розовым или лиловым венчиком, иногда белые; собраны в соцветия — длинные густые кисти из 20—40 цветков. Цветение — в июле—августе. Плоды — голые или прижато-волосистые бобы, перетянутые на три-пять округлых члеников. Семена почковидные, сплюснутые, длиной до 3 мм. Плодоношение — в августе—сентябре. Растет копеечник в европейской части России, Сибири, на Дальнем Востоке, основные промысловые массивы сосредоточены в Читинской области.

С лечебной целью применяют траву, собранную в начале цветения. В ней содержатся следы алкалоидов, дубильные вещества, стероидные сапонины, кумарины, ксантоны, макро- и микроэлементы. Основными действующими веществами являются магни-

ферин (до 0, 92 %) и изомагниферин (до 0,07 %), обладающие высокой биологической активностью.

Применение. Из копеечника изготавливают препарат «Алпизарин», применяемый для лечения вирусных заболеваний, прежде всего герпеса (у взрослых).

КОПЫТЕНЬ ЕВРОПЕЙСКИЙ

❖ *Asarum europaeum L.*

Копитняк європейський (*укр.*)

Семейство Кирказоновые — Aristolochiaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище — длиной до 50 см, ползучее, ветвистое, с отходящими от него тонкими корнями. Стебель слаборазвитый, приподнимающийся, длиной до 10—12 см. При основании стебля расположены три нижних чешуевидных мелких листа; стеблевых листьев два-три, они длинночерешковые, крупные, округлопочковидные, глубоковыемчатые у основания; сверху — глянцевые, темно-зеленые, кожистые, снизу — более светлые. Листья зелеными зимуют под снегом. Все растение покрыто короткими прижатыми волосками. В апреле в пазухе прошлогодних листьев образуется один цветок буро-красного цвета, колокольчатой формы, с правильным трехраздельным околоцветником длиной до 1 см. Цветок распускается до появления новых листьев. Плод — треугольная коробочка с треугольно-яйцевидными семенами. Созревание плодов — в мае—июне. На территории Украины встречается повсеместно, чаще — в Лесостепи в лиственных и смешанных лесах, среди кустарников, иногда в значительных количествах. В России растение распространено в лесостепной зоне европейской части и на юге Западной Сибири.

С лечебной целью используют корневища с корнями (*Rhisoma et radix Asari*) и листья копытня (*Folia Fsari*). Во всех частях растения содержится эфирное масло, в состав которого входят ядовитые летучие соединения — азарон, диазарон, азариновый альдегид, эвгенол, метилэвгенол, борнилацетат и др. В корневищах найдены дубильные вещества, органические кислоты, смолы, алкалоиды.

Применение. Листья копытня используют для изготовления препарата «Акофит» («Радикулин»), применяемого для лечения радикулита, люмбаго, других невралгий. Настой листьев применяют как возбуждающее сердечное средство. Азарин, содержащийся в листьях, влияет на сосудистую систему, повышает тонус вен, сужает периферические сосуды. В народной медицине отвар всех частей растения применяют при сердечных заболеваниях, мигрени, нервном возбуждении; как мочегонное при водянке. Наиболее известно применение копытня в народной медицине при лечении алкоголизма, основанное на способности растения оказывать рвотный эффект.

Растение сильно ядовито.

КОРИАНДР ПОСЕВНОЙ, КИНЗА

❖ *Coriandrum sativum L.*

Коріандр посівний, кишнець, клоповник (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, тонкий, веретеновидный. Стебель прямостоячий, цилиндрический, ветвистый, бороздчатый, голый, высотой 30—80 см. Прикорневые листья черешковые, различной формы — цельные, трехлопастные или трехраздельные, дваждыперистые. Стеблевые листья короткочерешковые, дважды перистые; верхние стеблевые — сидячие, с широкими пленчатыми влагалищами. Цветки мелкие, белые или розовые, собраны в сложные зонтики на верхушках стеблей и в пазухах верхних листьев. Цветение — в июне—июле. Плод — шаровидный, желтый или коричневый, сложен из двух прочно скрепленных полуплодиков диаметром до 2,5 мм. Созревание плодов — в августе—сентябре. В свежем виде растение имеет сильный неприятный запах клопов. В Украине культивируется как эфиромасличное, пряное и лекарственное растение в специализированных хозяйствах преимущественно в лесостепной зоне. Изредка встречается в одичавшем виде.

С лечебной целью используют плоды, а также цветки и траву кориандра. В плодах содержится до 1,2 % эфирного масла, в состав

которого входят линалоол (до 80 %), пинен, спирты (цимол, гераниол, борнеол и др.). Кориандр обладает желчегонным, успокаивающим, отхаркивающим, противовоспалительным, мочегонным, ранозаживляющим действием, активизирует пищеварительные процессы.

Применение. Эфирное масло, получаемое из кориандра, в некоторых фармацевтических препаратах используется как заменитель лавандового масла. Настой, настойку и порошок плодов и цветков кориандра применяют для улучшения пищеварения, как желчегонное и противогеморройное средство, во многих травяных сборах. В народной медицине кориандр используют как отхаркивающее при простудных заболеваниях, кашле, бронхите, при нервных расстройствах — как успокаивающее в виде спиртовой настойки. Растение широко используется в пищевой и парфюмерной промышленности.

КОРОВЯК ГУСТОЦВЕТКОВЫЙ

СИНОНИМЫ: КОРОВЯК СКИПЕТРОВИДНЫЙ, КОРОВЯК ВЫСОКИЙ

❖ *Verbassum densiflorum Bertol* (*Verbassum thapsiforme Schrad.*)

Дивина, дивина густо квіткова, царська свічка (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Двулетнее травянистое растение. Корень стержневой, мощный, маловетвистый. В первый год жизни растение образует розетку прикорневых листьев, во второй год вырастает мощный, прямостоячий облиственный цветоносный стебель, редко разветвленный в верхней части. Высота стебля достигает 150—200 см. Прикорневые листья продолговато-эллиптические, с крупногородчатым краем, достигают в длину 40 см; нижние стеблевые — продолговато-эллиптические, низбегающие к основанию, верхние стеблевые листья — более мелкие, яйцевидные, пильчато-зубчатые. Все растение густо покрыто серо-войлочным опушением. Цветки крупные,

золотисто-желтые, 3—5 см в диаметре, тычиночные нити белошерстистые, цветки собраны в густое верхушечное соцветие, расцветающее снизу вверх. Цветение — в июне—августе. Плод — многосемянная яйцевидная коробочка, плодоношение — в августе—сентябре. На территории Украины встречается почти повсеместно, кроме Карпат и Закарпатья, в России — в средней и южной полосе европейской части и на Кавказе. Чаще растет на бедных песчаных почвах на полянах, опушках, склонах балок, молодых залежах, вдоль дорог, в редких кустарниках.

В лечебных целях используют венчики цветков (цветки), заготавливаемые в период цветения. Собирают цветки ежедневно после высыхания росы, так как каждый цветок живет только один день, после чего вянет и опадает. В цветках содержатся слизи (до 2,5 %), сапонины, флавоноиды, до 11 % сахаров, эфирное масло, камеди, каротиноиды.

Применение. Настой цветков коровяка применяют как мягчительное, противовоспалительное и отхаркивающее средство при заболеваниях органов дыхания и пищеварения. Используют при

лечении острого и хронического ларингита, бронхита, бронхиальной астмы, наружно — как полоскание при гингивостоматитах, пародонтозе. В Польше 10%-й отвар цветков с медом назначают внутрь перед сном как успокаивающее.

Допускается применение и других видов крупноцветковых коровяков — коровяка мохнатого (*V. phlomoides L.*) и коровяка великолепного (*V. speciosum Snhrad.*), обладающих аналогичными свойствами.

КОРОСТАВНИК ПОЛЕВОЙ

❖ *Knautia arvensis* (*L.*) *J.M.Coult.* (*Scabiosa arvensis L.*)

Свербіжниця, скабіоза польова (*укр.*)

Семейство Ворсянковые — Dipsacaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, жесткоопушенный, высотой до 50—100 см, разветвленный в верхней части. Нижние листья лировидные или перистораздельные, верхние перистораздельные или цельнокрайние. Цветки с четырехраздельным венчиком, мелкие, темно-лиловые, сиреневые, реже грязно-розовые, собраны в плотную головку щитковидного типа на верхушке стебля. Цветение — с июля до глубокой осени, это одно из самых поздноцветущих растений. Плод — семянка. В Украине растение встречается повсеместно, кроме южных районов Херсонской области, на территории России — в европейской части (кроме южных регионов), в Западной Сибири.

С лечебной целью используют траву, в которой содержатся сапонины, горечи, дубильные вещества, сахара, каротин.

Применение. Короставник используют только в народной медицине как противовоспалительное, отхаркивающее, успокаивающее и инсектоакарицидное средство. Настой травы принимают внутрь при бронхите, цистите, аллергических дерматитах, трещинах заднего прохода. Чаще всего короставник применяют в виде концентрированного настоя и отвара при лечении кожных заболеваний, дерматитов, чесотки, экземы (это отражено и в названии растения).

КОСТЯНИКА КАМЕНИСТАЯ

❖ *Rubus saxatilis L.*

Костяниця, ожина-костянка, кам'яниця (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище хорошо развитое, ползучее, с отходящими от него побегами двух типов. Вегетативные (нецветущие) побеги — стелющиеся, ползучие, облиственные, однолетние; генеративные (плодоносные) — вертикальные, прямостоячие, высотой 15—30 см. Стебли и черешки листьев покрыты тонкими прямыми шипами и отогнутыми волосками. Листья крупные, очередные, длинночерешковые, тройчатые; листочки яйцевидно-ромбические, по краю надрезанно-зубчатые или городчатые, покрытые жесткими волосками. Цветки актиноморфные (правильные),

пятираздельные, с раздельнолепестным белым венчиком и отогнутыми вниз чашелистиками, остающимися при плодах. Цветки собраны по 3—10 в кистевидные соцветия. Цветение — в мае—июне. Плоды — сборные многокостянки из двух-шести сочных крупных ярко-красных, слабо соединенных плодиков. Семена — крупные морщинистые костянки. Плодоношение — в июле—августе. Растение реагирует на изменения погоды — в пасмурные дни листья расправляются, в жару — скручиваются в трубочку. В Украине и России часто встречается в лесной и лесостепной зонах на достаточно увлажненных почвах среди кустарников.

С лечебной целью используют плоды и листья костяники. В листьях содержатся дубильные вещества, аскорбиновая кислота, флавоноиды, микроэлементы (марганец, медь, железо, цинк и др.), в плодах имеется витамин С, каротин, флавоноиды, пектиновые вещества, сахара, фитонциды.

Применение. В народной медицине настой и отвар травы используют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, геморрое, грыже, одышке, задержке менструаций, нарушениях обмена веществ, простудах, цистите. Отвар листьев, пораженных грибковыми патогенами, рекомендуют при неврастении, заикании, испуге, эпилепсии. Отвар веточек применяют при себорее (перхоти) для мытья головы, наружно — при подагре и ревматизме. Сок костяники проявляет протистоцидное действие (простейшие микроорганизмы погибают мгновенно).

КОТОВНИК КОШАЧИЙ

❖ *Nepeta cataria L.*

Котяча м'ята, котовник лимонний (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ветвистое, древеснеющее. Стебли восходящие, разветвленные, высотой 40—120 см, прямостоячие, четырехгранные. Листья супротивные, нижние — черешковые, верхние — короткочерешковые; треугольно-яйцевид-

ные или сердцевидные, заостренные, сверху тускло-зеленые, снизу серовато-зеленые из-за густых коротких волосков; крупнопильчатые или городчато-пильчатые с зубцами, направленными вперед. Цветки зигоморфные, белые или бледно-розовые с пурпурными точками на нижней губе, иногда лилово-голубые или розовые; собраны в густое продолговатое метельчатое соцветие длиной до 5—7 см на верхушках побегов и в пазухах верхних листьев. Цветение — в июне—сентябре. Плод — из четырех обратнояйцевидных, слегка сжатых бурых гладких орешков. Все растение густо опушено короткими мягкими волосками и имеет сильный приятный аромат, схожий с запахом лимона. Хороший медонос, введен в культуру как эфиромасличное и лекарственное растение. В Украине и России встречается на всей территории на лесных полянах, лугах, склонах холмов, среди кустарников, на пустырях и т. п. Часо выращивается и как декоративное растение.

С лечебной целью используют траву котовника, которую срезают в период цветения. При благоприятных условиях срезку проводят три раза за сезон. В растении содержится до 0,7 % эфирного масла, основными компонентами которого являются лимонен, цитраль, гераниол и др., а также горечи, гликозиды, танины, сапонины.

Применение. Растение используют только в народной медицине. Настой травы котовника увеличивает амплитуду и частоту сердечных сокращений, поэтому его рекомендуют при брадикардии. Котовник применяют и как желчегонное и антисептическое средство, при гастритах с пониженной кислотностью, для улучшения аппетита, при запорах и атонии кишечника. Водный отвар

травы в виде чая принимают при депрессии, истерии, заболеваниях верхних дыхательных путей, бронхитах, при нарушениях менструального цикла. Наружно настой травы и измельченную траву применяют при лечении кожных изъязвлений, фурункулеза. Котовник широко используют в ликеро-водочной и пищевой промышленности, в косметике, в ароматерапии для успокаивающих ароматических ванн.

Род Котовник включает в себя несколько видов, близких по морфологическим признакам и терапевтическому действию.

КОШАЧЬЯ ЛАПКА ДВУДОМНАЯ

❖ *Antennaria dioica* (*L.*) *Gaerth*

Кошачі лапки дводомні, конотопці (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ветвистое, одревесневающее. От корневища отходят бесплодные (нецветущие) побеги с розетками листьев и несколько цветоносных стеблей высотой 5—25 см. Стебли прямостоячие, восходящие, неветвистые, с беловойлочным опушением. Листья прикорневых розеток обратнояйцевидные, тупые; стеблевые листья линейные или линейно-ланцетные, очередные, сверху сизо-зеленоватые, опушенные, снизу беловойлочные, цельнокрайние. Цветки мелкие, розовые, реже белые, собраны в корзинки диметром до 6 мм, при этом в каждой корзинке находятся цветки только одного пола; корзинки, в свою очередь, образуют щитковидно-головчатые соцветия на верхушках цветоносных стеблей. Цветение — в мае—июне.

Кошачью лапку иногда называют белым бессмертником за внешнее сходство с цмином песчаным, однако путать эти растения не следует (у цмина обертки цветков ярко-желтые). Плоды кошачьей лапки — продолговатые семянки с хохолком из зазубренных волосков. На территории Украины встречается повсеместно на бедных песчаных почвах, склонах, лесных опушках, в светлых смешанных и сосновых лесах, на территории России — в европейской части, на

Кавказе, в Сибири. Иногда выращивается как декоративное почвопокровное растение.

С лечебной целью используют траву. Растение оказывает кровоостанавливающее действие, по эффективности сопоставимое с действием хлористого кальция. Желчегонные свойства кошачьей лапки схожи со свойствами цмина песчаного, эти растения часто применяют совместно. В траве кошачьей лапки содержатся смолы, сапонины, дубильные вещества, витамин К, фитостерин. Химический состав растения изучен недостаточно.

Применение. Кошачью лапку используют только в народной медицине. Водный настой травы (5 %) принимают внутрь при кровотечениях (легочных, маточных, геморроидальных, желудочных и носовых). При геморроидальных кровотечениях отвар травы применяют наружно в виде примочек, компрессов и клизм. Измельченную траву прикладывают к ранам для остановки кровотечения.

КРАПИВА ДВУДОМНАЯ

❖ *Urtica dioica L.*

Кропива дводомна, жалива (*укр.*)

Семейство Крапивные — Urticaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, шнуровидное, разветвленное, с отходящими из узлов тонкими придаточ-

ными корнями. Стебель мощный, прямостоячий, четырехгранный, бороздчатый, неветвящийся, лишь изредка с супротивными ветвями в верхней части, высотой до 0,7—1,5 м. Листья супротивные, с пленчатыми прилистниками, длинночерешковые, продолговато-ланцетные, заостренные, длиной до 15 см, по краю крупнопильчатые, темно-зеленые. Цветки зеленые, мелкие, однополые, собранные в ветвистые колосовидные соцветия, расположенные в пазухах верхних листьев. Цветение — в июне—июле. Плод — желтоватый яйцевидный орешек длиной до1,5 мм. Все растение густо покрыто волосками двух типов: короткими — простыми и длинными — жгучими (стрекательными). На территории Украины, России и Беларуси встречается повсеместно. Растет на плодородных, хорошо увлажненных и аэрируемых рыхлых почвах как сорняк в населенных пунктах, у заборов, строений, на свалках, среди кустарников.Часто образует очаговые заросли, служит индикатором плодородия почв.

С лечебной целью используют листья крапивы. В них содержатся каротиноиды (до 50 мг%), витамины С (до 279 мг%), К, группы В, гликозид уртицин, ситостерин, органические кислоты (пантотеновая, муравьиная и др.), смолы, хлорофилл, холин, ацетилхолин,

слизи, камеди, микроэлементы, фитонциды. По содержанию биологически активных соединений крапива превосходит большинство культивируемых растений.

Применение. Настой листьев крапивы используют как хорошее кровоостанавливающее средство при желудочно-кишечных, почечных и маточных кровотечениях. Крапива заменяет препараты спорыньи, не дает побочных эффектов. Крапиву применяют также при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, сахарном диабете, гиперменструальном синдроме; наружно — при пародонтозе, гингивостоматитах, ожогах, трофических язвах; для лечения геморроя в виде ванночек.

В народной медицине крапиву используют очень широко еще и как общеукрепляющее, витаминное, мочегонное и противовоспалительное средство. Траву применяют наружно при ревматизме, артритах; отваром травы моют голову. Во всех перечисленных случаях более эффективен свежий сок крапивы, который дозируют так же, как экстракт или настойку. Крапива полезна как продукт питания, ее широко применяют в ветеринарии, а перебродивший настой травы служит хорошим удобрением для огородных культур.

КРАПИВА ЖГУЧАЯ

❖ *Urtica urens L.*

Кропива мала, кропива жалюча (*укр.*)

Семейство Крапивные — Urticaceae

Однолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, четырехгранный, высотой 20—60 см. Листья супротивные, яйцевидно-эллиптические или яйцевидные, коротко заостренные, по краю крупнопильчатые, зеленые. Все растение густо покрыто жгучими волосками. Цветки мелкие, бледно-зеленые, однополые, мужские и женские собраны вместе в колосовидных пазушных соцветиях (в отличие от крапивы двудомной, у которой мужские и женские цветки расположены в разных соцветиях). Плод — бледно-желтый орешек, заостренный сверху и округлый в базальной части. В Украине и России крапива жгучая встречается повсеместно на влажных

плодородных почвах — по берегам рек, на лугах, во влажных лесах, в населенных пунктах, среди кустарников.

С лечебной целью используют листья крапивы жгучей. Химический состав, терапевтическое действие и применение схожи с крапивой двудомной. Растение оказывает общеукрепляющее действие на организм, улучшает обмен веществ.

Сходные свойства и применение имеет еще один вид крапивы, крапива узколистная — Urtica angustifolia Fisch.

Все виды крапивы по морфологическим признакам схожи с рядом растений семейства Яснотковые — яснотkой белой, ясноткой гладенькой и другими, которые в народе называют глухой крапивой. Отличить яснотковые от крапивных можно по более крупным окрашенным цветкам, более острым граням на стеблях и отсутствию жгучих волосков.

Применение. Крапиву жгучую используют при длительных запорах, диспепсии, желудочных коликах, анемии, аллергии, атеросклерозе. Отвар и настой травы и листьев применяют как кровоостанавливающее и мочегонное средство, при желудочных заболеваниях, нервных расстройствах; при ревматизме, фурункулезе принимают внутрь и делают примочки; отвар травы в молоке пьют при желудочных болях; корни, настоянные на водке, применяют при ревматизме, болезнях суставов.

КРЕСТОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Senecio vulgaris L.*

Жовтозілля звичайне (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) ***—***
Asteraceae (***Compositae***)

Однолетнее или двулетнее растение со стержневым корнем. Стебель прямостоячий, ребристый, слабоветвистый, высотой 15—30 см, голый или паутинисто-шерстистый. Прикорневые листья продолговатые, перисто-лопастные, к основанию суженные в черешок; стеблевые листья очередные, сидячие, стеблеобъемлющие, выемчатые, глубокоперистолопастные. Цветки мелкие, собраны

в желтые корзинки с краевыми ложноязычковыми цветками и срединными трубчатыми; корзинки, в свою очередь, собраны в верхушечные щитковидные метелки. Цветение — в мае—сентябре. Плод — приплюснутая опушенная семянка. В Украине и России распространен повсеместно как сорняк на выгонах, лугах, обочинах дорог, свалках, среди кустарников.

С лечебной целью используют траву и корни крестовника обыкновенного. В них содержатся алкалоиды интергерримин, сенеционин, сенецифиллин, флавоноиды, хиноны, дубильные вещества, витамин С, каротин. Растение оказывает ранозаживляющее, противогельминтное, слабое успокаивающее, кровоостанавливающее и противовоспалительное действие.

Применение. В народной медицине настой травы крестовника используют как средство, регулирующее менструальный цикл. Спиртовую настойку применяют как кровоостанавливающее средство, измельченные листья прикладывают к нарывам, фурункулам, они оказывают мягчительное и рассасывающее действие. Сок крестовника принимают при кашле и как противоглистное средство, отвар и настой травы назначают при желудочных и кишечных спазмах, язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Растение ядовито.

КРЕСТОВНИК РОМБОЛИСТНЫЙ

СИНОНИМЫ: КРЕСТОВНИК ШИРОКОЛИСТНЫЙ, ИЛИ ПЛОСКОЛИСТНЫЙ, ИЛИ ПЛАТИФИЛЛИНОВЫЙ

❖ *Senecio rhombifolius* (*Willd.*) *Sch.Bip.s.l.* (*Senecio platiphilloides Somm. et Levier.*)

Хрестовник ромболистий (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, ползучее, горизонтальное, густо обросшее шнуровидными придаточными корнями. Стебли многочисленные, высотой 1—1,5 м, голые, ребристые, прямые, ветвящиеся в верхней части; вверху полые, в нижней

трети заполненные рыхлой белой сердцевиной; темно-зеленые с сизым налетом. Прикорневые листья черешковые, длиной до 30 см; стеблевые листья уменьшаются в размерах к верхушке стебля, очередные, неравнозубчатые. Цветки мелкие, желтые, собраны по 5—15 в мелкие корзинки, образующие метельчатые соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в июне—августе. Плод — продолговатая семянка зеленовато-коричневого цвета длиной до 4 мм.

Растет крестовник ромболистный только в горно-лесном и субальпийском поясах Кавказа, в Предкавказье и Закавказье, являясь эндемиком данного региона. Встречается чаще в ущельях и долинах, с поздно сходящим снеговым покровом, на хорошо увлажненных плодородных почвах.

С лечебной целью используют надземную часть (траву) растения. В ней содержится комплекс алкалоидов, из которых важнейшим является платифиллин.

Применение. Из травы крестовника ромболистного изготавливают препарат «Платифиллин». Применяют его при язве желудка двенадцатиперстной кишки, спастических колитах, кишечной колике, холециститах, дискинезии желчевыводящих путей, при лечении гипертонической болезни (на ранних стадиях), бронхиальной астмы, при спазмах сосудов головного мозга. Платифиллин оказывает действие, подобное действию атропина, обезболивая и расслабляя гладкую мускулатуру внутренних органов, в то же время он отличается более мягким действием. В народной медицине препараты крестовника ромболистного в виде отваров и настоев применяют главным образом при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта как обезболивающее и спазмолитическое средство.

КРОВОХЛЕБКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Sanguisorba officinalis L.*

Родовик лікарський, рядовик, грижник (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневища горизонтально расположенные, длинные, одревесневающие, с многочисленными

тонкими корнями, снаружи черно-бурые, на изломе желтые. Стебель один, реже несколько, прямостоячий, ветвистый, высотой 0,2—1 м, гладкий. Прикорневые розеточные листья черешковые, сверху зеленые, снизу сизоватые, непарноперистые, длиной до 10—15 см; стеблевые листья мельче прикорневых, сидячие, темно-зеленые. Цветки мелкие, пурпурно-красные, на длинных простых цветоножках, обоеполые, с четырехраздельной безлепестковой чашечкой, собраны в головки длиной 15—30 мм на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод заключен в четырехгранный толстоexternally ребристый гипантий (вместилище).

На территории Украины и России кровохлебка встречается почти повсеместно, в южных областях значительно реже. Растет на влажных лугах, в речных долинах, на лесных опушках и полянах, среди кустарников, часто образует крупные очаговые заросли среди другой растительности.

С лечебной целью используются корневища с корнями, заготовленные осенью (аптечное название — Rhisoma et radix Sanguisorbae). Основным действующим веществом являются гидролизные таниды (дубильные соединения). Также в корнях содержатся галловая и эллаговая кислоты, до 4 % тритерпеновых сапонинов, эфирное масло, красящие вещества, до 30 % крахмала, ситостерин, стигмастерин, витамин C, фитонциды и др.

Применение. Высокое содержание дубильных веществ обуславливает вяжущее, противовоспалительное и кровоостанавливающее действие кровохлебки. Препараты растения угнетающе действуют на простейшие микроорганизмы, возбудителей дизентерии и паратифа. Отвар корневищ способствует остановке кровотечений различного происхождения, сужает кровеносные сосуды, устраняет судороги, уменьшает воспалительные процессы.

Эффективен отвар кровохлебки при остром энтероколите, в гинекологической практике экстракт кровохлебки используют для остановки кровотечений при фибромиоме матки и после аборта, при эрозии шейки матки. В народной медицине кровохлебку назначают при дизентерии, туберкулезе легких с кровохарканьем, язвенном колите, геморрое, выпадении прямой кишки, при диарее. Наружно отвар корневищ применяют для влажных компрессов при воспалительных процессах кожи, для полосканий горла и ротовой полости. Практикуют сидячие ванны при геморрое, промывание гнойных ран, язв при варикозном расширении вен на ногах.

КРУШИНА ОЛЬХОВИДНАЯ, ИЛИ ЛОМКАЯ

❖ *Frangula alnus Mill.*

Крушина ламка, крушинник, вовчі ягоди, парост (*укр.*)

Семейство Крушиновые — Rhamnaceae

Кустарник или небольшое кустовидное деревце высотой до 6—7 м. Кора ветвей гладкая, на молодых побегах — красно-коричневая с белыми чечевичками, на старых — серовато-бурая или серая. При соскабливании наружного слоя коры обнажается внутренний слой темно-малинового цвета. Почки без кроющих чешуй, шелковисто-волосистые. Листья очередные, черешковые, темно-зеленые, плотные, блестящие, продолговато-эллиптические, на вершине коротко заостренные, цельнокрайние. Цветки мелкие, обоеполые, снаружи зеленовато-желтые, внутри желтые; собраны пучками по 2—6 в пазухах листьев. Цветение — в июне—августе. Плоды — шаровидные костянки с двумя-тремя косточками, ягодообразные, вначале красные, позже черные; созревание плодов — в августе—сентябре.

Встречается крушина на всей территории Украины и России, но в степных районах редко, только в речных долинах. Растет в подлеске влажных лесов, по берегам водоемов, на лугах, иногда образуя значительные массивы, но чаще встречается отдельными группами и небольшими зарослями. Родовое название растения связано, во-первых, с ломкостью («крохкостью») его древесины и, во-вторых, со старинным поверьем, что подвешенная над дверью ветка крушины разрушает («крушит») козни нечистой силы.

С лечебной целью применяют кору крушины, заготовленную ранней весной и поздней осенью (*Cortex Frangulae*). Использовать ее можно не раньше чем через год хранения (за это время разрушаются раздражающие вещества). В коре, почках и плодах крушины содержатся гликозиды (в коре — до 8 %), важнейшими из которых являются глюкофрангулин, эмодин и изоэмодин. Кроме того, в крушине имеются тритерпены, хризофановая кислота, антрахиноны, смолы.

Применение. Крушина оказывает слабительное действие, обусловленное наличием антрагликозидов. Эффект сходен с действием ревеня и кассии (александрийского листа) и наступает через

8—10 часов после приема. Препараты крушины в виде отваров и экстрактов применяют при хронических запорах, геморрое. Крушина входит в состав препаратов «Холагол», «Викаин» и «Викаир», используется при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, желчекаменной болезни, холециститов.

Препараты крушины противопоказаны при беременности, маточных кровотечениях, острых воспалительных заболеваниях кишечника.

КРЫЖОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Grossularia reclinata* (*L.*) *Mill.*

Аґрус звичайний (*укр.*)

Семейство Крыжовниковые — Grossulariaceae

Общеизвестное садовое растение, невысокий кустарник с поникающими ветвями, густо покрытыми шипами. Высота кустов без опоры редко превышает 1 м. Листья трех-пятилопастные, мелкие, округлые. Цветки зеленоватые или красноватые, мелкие, собраны по 1—3 в пазушных кистях или одиночные. Плоды — ягоды разнообразной величины и окраски — от зеленой до красной и черно-фиолетовой, гладкие или покрытые жесткими волосками. Созданы и бесшипные, неколючие формы шиповника. В диком и одичавшем виде изредка встречается в предгорьях Крыма и Карпат.

В ягодах крыжовника содержится до 10 % сахаров (сахароза, фруктоза, глюкоза), органические кислоты (яблочная, лимонная, винная), пектины, красящие вещества, минеральные соли, витамины C, E, фолиевая кислота.

Применение. Крыжовник обладает мочегонным, желчегонным и легким слабительным действием. Он полезен при гипертонической болезни, хронических запорах, анемии, болезнях почек, нарушениях обмена веществ, служит профилактическим средством атеросклероза и капиллярных кровоизлияний. В кавказской народной медицине водный настой листьев крыжовника назначают при туберкулезе легких. Крыжовник широко используют в кулинарии и для переработки, из него получают лучшее из всех плодово-ягодных вин.

Употребление крыжовника противопоказано при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

КУБЫШКА ЖЕЛТАЯ

❖ *Nymphaea luteum* (*L.*) *Smith*

Глечики жовті, жовте латаття (*укр.*)

Семейство Нимфейные (***Кувшинковые***) ***— Nymphaeaceae***

Многолетнее травянистое водное растение. Корневище мясистое, длинное, желто-зеленое, разветвленное, покрытое рубцами (следы отмерших листьев), прикрепленное ко дну водоема многочисленными шнуровидными корнями. Листья двух типов; первые — погруженные в воду, полупрозрачные, короткочерешковые, вторые — плавающие, длинночерешковые, с крупной (до 25 см) овальной кожистой пластинкой, сердцевидно вырезанной у основания. Цветки одиночные, крупные (4—6 см), плавающие на поверхности воды, с пятью зеленовато-желтыми чашелистиками и множественными желтыми лепестками и тычинками. Цветение — в июне—августе. Плод кувшиновидный, гладкий, ягодообразный, с многочисленными семенами эллиптической формы.

В Украине, России и Беларуси встречается повсеместно в водоемах всех типов с медленнотекущей или стоячей водой, образуя порой значительные заросли. Кувшинка не переносит загрязненных вод, поэтому численность ее неуклонно сокращается, а само наличие растения в водоеме свидетельствует об отсутствии в нем промышленных и канализационных стоков.

С лечебной целью используют корневища кубышки желтой. В них содержатся алкалоиды, важнейший из которых — нуфарин, дубильные вещества, крахмал, метарабиновая кислота и др. В цветках и семенах содержится нимфалин, в листьях найдены эллаготанин, лютеолин, феруловая, кофейная и другие кислоты.

Применение. Из корневищ кубышки белой изготавливают препарат «Лютенурин», применяемый для лечения трихомонадных заболеваний и как контрацептивное (противозачаточное) средство. Наружно отвар цветков и свежие листья в народной медицине при-

меняют при ушибах, суставных болях, ревматизме, подагре. Из отвара цветков делают примочки, компрессы и ванночки при кожных заболеваниях, сыпях, чесотке.

Растение ядовито.

КУВШИНКА БЕЛАЯ

❖ *Nymphaeae alba L.*

Латаття біле, біла водяна лілія (*укр.*)

Семейство Нимфейные (Кувшинковые) — Nymphaeaceae

Многолетнее водное растение. Корневище хорошо развитое, горизонтально расположенное, с остатками черешков отмерших листьев и многочисленными корнями, закрепляющими растение в донном грунте. Листья с ланцетными прилистниками, округло-овальные, диаметром до 30 см, у основания глубоковыемчатые, черешковые, длина черешков может превышать 2 м. Цветки очень крупные, до 15 см в диаметре, с четырьмя чашелистиками и множественными чисто-белыми лепестками, которые к центру венчика переходят в тычинки с лепесткоподобными белыми нитями. Цветение — с июня по сентябрь. Плод созревает под водой (завязь опускается после цветения), ягодообразный, зеленый, сферический.

В Украине, России и Беларуси встречается повсеместно, но главным образом — в лесной и лесостепной зонах в водоемах с чистой стоячей или медленнотекущей водой. Часто образует заросли совместно с кубышкой желтой, служит индикатором чистоты воды. Незаменимо в декоративно-парковом дизайне.

С лечебной целью используют корневища и цветки кувшинки белой. Близкородственные виды — кувшинка чисто-белая и кувшинка мелкоцветковая — могут быть использованы наравне с кувшинкой белой.

Применение. Корневище кувшинки содержит малоизученный алкалоид нимфеин, воздействующий на центральную нервную систему, дубильные вещества, горечи, много крахмала. В цветках имеется гликозид нимфалин, оказывающий болеутоляющее и успокаивающее действие. Корневища входят в состав микстуры Здренко, применяемой

при лечении папилломатоза мочевого пузыря и анацидных гастритов. Наружно используют для горячих компрессов при невралгиях как болеутоляющее. Отвар цветков применяют наружно как косметическое средство от веснушек и угрей. В народной медицине слабо концентрированный отвар корневищ используют как вяжущее средство.

Растение ядовито.

КУКУРУЗА, МАИС

❖ *Zea mais L.*

Кукурудза, пшінка (*укр.*)

Семейство Мятликовые (***Злаковые***) — ***Poaceae*** (***Graminaeae***)

Общеизвестная продовольственная и фуражная культура, занимающая в сельскохозяйственном производстве Украины одно из первых мест по значению и занимаемым площадям. Растение однолетнее. Корневая система — хорошо развитая, мочковатая, сложена из корней нескольких типов, достигающих глубины 3—6 м. Стебель — соломина, мощный, прямостоячий, коленчатый, округлый с желобком, достигает высоты 3 и более метров. Листья широко-линейно-ланцетные, плоские, по краю слегка волнистые, влагалищные. Цветки однополые; мужские — в верхушечных соцветиях-метелках, женские собраны на толстой оси в початки, расположенные в пазухах листьев. Плод — зерновка, в зависимости от сортовой принадлежности имеющая различную форму и окраску (от белой до красной и черной). В Украине выращивается повсеместно, основные площади расположены в южных и юго-восточных областях.

С лечебной целью используют столбики с рыльцами женских цветков (*Stigmata maydis*), заготовленные в период от начала созревания початков и до полной их зрелости. Химический состав кукурузных рылец очень сложен и изучен недостаточно. Установлено, что в них содержатся в большом количестве витамин К, сапонины, гликозиды, алкалоиды неустановленного состава, растительные стерины (ситостерол, стигмастерол), аскорбиновая и пантотеновая кислоты, инозит и др.

Применение. В медицинской практике настойку и жидкий экстракт кукурузных рылец применяют как желчегонное, мочегонное и кровоостанавливающее средство, рекомендуют при лечении холециститов, холангитов и гепатитов с задержкой желчеотделения, как кровоостанавливающее — наряду с витамином К, как мочегонное — при циститах, почечнокаменной болезни, камнях мочевого пузыря, водянке.

В аналогичных случаях и в народной медицине применяют кукурузные рыльца в виде водного отвара.

КУПЕНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Polygonatum officinale All.*

Купина лікарська, купина запашна, соломонова печатка, зміїв корінь (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище горизонтально расположенное, толстое, узловатое, с круглыми следами отмерших стеблей, похожими на оттиск печати. Стебли голые, пониклые, граненые, облиственные, высотой 30—60 см. Листья очередные, крупные, эллиптические или продолговато-яйцевидные, сверху зеленые, снизу — сизо-зеленые, с продольно-дуговым жилкованием, сидячие. Цветки правильные, зеленовато-белые, двуполые, трубчато-колокольчатые, с шестизубчатым венчиком, на поникающих цветоносах в пазухах листьев. Цветение — в мае—июне. Плод — шарообразная сине-чер-

ная ягода, созревание плодов в августе—сентябре. Встречается на всей территории Украины в лесах, среди кустарников, в затененных местах на достаточно влажных почвах.

С лечебной целью используют корневища, в которых содержатся алкалоиды, гликокинин, сердечные гликозиды конвалларин и конваллamарин, сапонины, слизи, сахара. В листьях высокое содержание (более 300 мг%) витамина С.

Применение. Препараты купены оказывают мягчительное, обволакивающее, жаропонижающее и мочегонное действие, снижают ритм сердечных сокращений и увеличивают их амплитуду. Однако в связи с высокой токсичностью растения купену лекарственную в народной медицине применяют главным образом как наружное средство. Отвар корневищ используют как обезболивающее средство при ревматизме, радикулите, подагре, лечат ушибы и гематомы, листьями купены лечат раны и нарывы.

Растение ядовито.

ЛАБАЗНИК ВЯЗОЛИСТНЫЙ

❖ *Filipendula ulmaria* (L.) *Maxim.*

Таволга в’язолиста, гадючник в'язолистий, спірея (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневища и корни тонкие, мочковатые. Стебли прямостоячие, гладкие, ребристые, высотой до 10—170 см, густо облиственные по всей длине. Листья прерывисто-перистораздельные, листочки в количестве двух-трех пар, яйцевидные, заостренные, по краю пильчатые, сверху темно-зеленые, голые, снизу бело-войлочные, верхний листочек крупнее боковых. Цветки желтовато-белые, редко розовые, пятираздельные, диаметром до 7—8 мм, душистые, с большим количеством пыльцы, собранные в густые щитковидно-метельчатые соцветия. Цветение — в мае—июне.

В Украине встречается почти повсеместно, кроме южных засушливых степей, в России — в европейской части (южные регионы), на Кавказе, в Сибири. Растет на хорошо увлажненных почвах

в речных долинах, по берегам водоемов, на сырых лугах, в светлых сырых лесах и среди кустарников, обычно образует заросли.

С лечебной целью используют траву и цветки лабазника, реже — корневища с корнями. Во всех частях растения содержится гликозид гаултерин; после химических преобразований из него образуются метиловый салицилат и фенольный гликозид спиреин. В надземной части имеются дубильные вещества, витамин С (до 370 мг%), флавоноиды, эфирное масло.

Применение. Препараты лабазника ввиду высокого содержания салициловой кислоты и ее производных широко применяют в официальной медицине при лечении ревматизма, подагры, кожных заболеваний. Траву используют как кровоостанавливающее и вяжущее средство; цветки — как вяжущее и потогонное.

В народной медицине растение используют в виде отваров и мазей при ревматизме, а внутрь употребляют при болезнях почек, мочевого пузыря, геморрое, желудочных болях. Наружно препараты лабазника применяют для лечения гнойных ран, спринцеваний при женских заболеваниях, как примочки для язв и фурункулов;

истолченный корень прикладывают к пораженным местам при укусах ядовитых змей и бешеных животных.

ЛАБАЗНИК ШЕСТИЛЕПЕСТНЫЙ

СИНОНИМ: ТАВОЛГА ШЕСТИЛЕПЕСТНАЯ

❖ *Filipendula hexapetala Gilib.*

Лабазник шестипелюстковий (укр.)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище тонкое, с клубневидными утолщениями. Стебли — высотой до 80 см, прямые, тонкие, прямостоячие, маловетвящиеся. Прикорневые листья розеточные, крупные, перисто-надрезанные, с зубчатыми тонкими листочками, в целом напоминающие увеличенные листья тысячелистника. Стеблевые листья малочисленные, с полусердцевидными прилистниками. Цветки — диаметром до 15 мм, шестичленные, с белым или бело-розовым венчиком, собраны в многоцветковые щитковидные метелки на верхушках стеблей. Плоды — сидячие опушенные листовки длиной до 3 мм. Цветение — в июне—июле, созревание плодов — в июле—августе.

На территории Украины и России встречается повсеместно, кроме южных степных регионов. Растет обычно на целинных склонах балок, речных долин, среди кустарников, на геологических обнажениях, предпочитает умеренно сухие почвы.

С лечебной целью используют корневища с корнями, реже — надземную часть растения. В лабазнике содержатся гликозид гаултерин, дубильные вещества (до 35 мг%), крахмал.

Применение. Растение используют как вяжущее, мочегонное и потогонное средство, применяют при папилломатозе мочевого пузыря и анацидных гастритах (входит в состав микстуры Здренко).

В народной медицине используют настойку корневищ с корнями на водке при лечении желудочных заболеваний; отвар травы принимают внутрь при женских заболеваниях; традиционно считается, что отвар лабазника полезен при укусах ядовитых змей.

ЛАВАНДА УЗКОЛИСТНАЯ

❖ *Lavandula angustifolia L.*

Лаванда вузьколиста (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) — ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Многолетнее серовато-опушенное травянистое растение или полукустарник. Корневище мощное, деревянистое, с развитым стержневым корнем и придаточными корнями, расположенными в верхних слоях почвы. Ветви многочисленные, прямые, образующие куст полусферической формы, в благоприятных условиях диаметром до 1 м. Листья сидячие, супротивные, продолговато-линейные, с завернутыми краями, длиной до 6 см, серо-зеленые, густоопушенные. Цветки неправильные, собранные в ложные мутовки, образующие колосовидные соцветия на верхушках стеблей; венчики цветков голубовато-фиолетовые, опушенные, диаметром до 1 см. Цветение — в июне—июле. Плод — четырехорешек с остающейся при нем чашечкой цветка. Все растение имеет сильный приятный аромат.

В дикорастущем виде лаванда встречается в Средиземноморье; в Украине выращивается в промышленных масштабах в Крыму. Способность лаванды переносить морозы до 30 °C позволяет выращивать ее и в более северных регионах.

С лечебной целью используют соцветия лаванды, собираемые при распускании 50 % цветков. В них содержится эфирное масло, в состав которого входят цинеол, борнеол, гераниол и др. В цветках лаванды имеются флавоноиды, кумарины, фитостерин, дубильные вещества, смолы и др.

Применение. Лаванда — одно из древнейших культивируемых лекарственных растений, применявшееся еще в Древнем Риме. Получаемое из нее лавандовое масло используют главным образом в парфюмерии. В медицинских целях его применяют как успокаивающее средство при невралгиях, параличе (внутрь и наружно), травматических повреждениях (ушибы, вывихи). Отвар и настой цветков и травы используют для ванн при нервных и кожных заболеваниях, для компрессов, при головных болях.

ЛАВР БЛАГОРОДНЫЙ, ЛАВРОВОЕ ДЕРЕВО

❖ *Laurus nobilis L.*

Лавр благородний (*укр.*)

Семейство Лавровые — Lauraceae

Многолетнее растение, вечнозеленый кустарник или небольшое деревце с густой кроной. Географический центр происхождения лавра — Закавказье и Малая Азия. С древнейших времен используется как пряное, лекарственное и ритуальное растение. Широко культивируется в странах субтропического пояса; возможно выращивание в открытом грунте в отдельных районах Крыма, нередко культивируется любителями как горшечное (кадочное) растение.

Своей популярностью лавр обязан содержащемуся в листьях и плодах эфирному маслу, в состав которого входят глицериды насыщенных жирных кислот (пальмитиновой, линолевой и др.).

Применение. В лечебных целях используют лавровое масло — как болеутоляющее для растираний при ревматизме, артритах, суставных болях, а также против чесоточного клеща.

ЛАМИНАРИЯ ЯПОНСКАЯ, МОРСКАЯ КАПУСТА

❖ *Laminaria japonica Arech.*

Ламінарія японська, морська капуста (*укр.*)

Семейство Ламинариевые — Laminariaceae

Двулетнее растение, крупная морская водоросль, наиболее ценная из используемых человеком. Представляет собой длинное (до 12 м) и широкое (до 35 см) листообразное плоское слоевище, в нижней части суженное в подобие стебля, которое прикрепляется к морскому дну ризоидами (корнеподобными образованиями). Слоевище слизистое, буро-коричневое.

Жизненный цикл ламинарии состоит из двух периодов. В первый год (бесполая стадия) водоросль наращивает вегетативную массу и не образует органов размножения, во второй год на обеих сторонах слоевища образуются сорусы (спороносные органы). После созревания спор растение отмирает. Распространена ламинария у берегов Японского моря, возле острова Сахалин, Курильских островов, заселяет морское дно на глубинах от 0,5 до 25 м. Заготавливаются в промышленных масштабах только слоевища второго года жизни.

В слоевищах содержатся большое количество высокомолекулярных полисахаридов, альгиновая кислота, витамины A, C, D, E, группы B, значительное количество соединений калия, магния, натрия, брома.

Основная ценность ламинарии заключается в высоком, до 3 %, содержании соединений иода.

Применение. Препараты ламинарии (консервированная морская капуста или порошок высушенных слоевищ, продаваемый в аптеках) рекомендуют для профилактики атеросклероза и лечения заболеваний щитовидной железы. Иногда ламинарию применяют как легкое слабительное — из-за ее способности усиливать перистальтику кишечника. Морскую капусту используют также при ожирении, тромбофлебитах.

ЛАНДЫШ МАЙСКИЙ

❖ *Convallaria majalis L.*

Конвалія звичайна (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, узловатое, разветвленное, с многочисленными придаточными корнями, горизонтально расположенное в верхнем слое почвы. Стебли вертикально расположенные, множественные, высотой до 30 см, в нижней части на них размещены четыре-шесть редуцированных влагалищных приземных листа и два, реже три, крупных настоящих листа. Листья эллиптические, с дуговым жилкованием, длинночерешковые, при основании — с широким пленчатым бело-розовым влагалищем. Цветки ароматные, шаровидно-колокольчатые, с шестизубчатым венчиком, белые, очень редко розовые, расположены по 6—20 на верхушках цветоносных стеблей. Плод — красная сферическая трехгнездная ягода с одним крупным плоским семенем в каждом гнезде.

Цветение — в мае—июне, созревание плодов — в августе—сентябре.

На территории России, Беларуси и Украины встречается повсеместно, кроме южных полынных степей и высокогорья Карпат. Растет в хвойных и смешанных лесах, среди кустарников, в дубравах, в поймах рек на затененных участках.

С лечебной целью используют цветки, листья и траву ландыша майского. Химический состав растения изучен хорошо. В ландыше содержится комплекс гликозидов сердечного действия конваллотоксин, коваллотоксол, конваллозид и др.), стероиды (конваллярин), эфирное масло, алкалоиды, аспарагин и другие вещества.

Аналогичным по химическому составу и терапевтическому действию является растущий на Дальнем Востоке ландыш Кейске.

Применение. В официальной медицине ландыш используют в виде экстракта, настойки, в составе многих комплексных препаратов прежде всего при лечении острой сердечной недостаточности и неврозов.

В народной медицине применяют отвар травы и спиртовую настойку при болезнях сердца и нервных заболеваниях.

Растение ядовито, применять его можно только по назначению и под контролем врача.

ЛАПЧАТКА БЕЛАЯ

❖ *Potentilla alba L.*

Перстач білий (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище черно-бурое, длиной до 50 см, толстое, в верхней части разветвленное, головчатое. Каждая головка корневища имеет розетку листьев с вегетативными и генеративными побегами. Прикорневые листья пальчатые, сложены

пятью обратнояйцевидными листочками, сверху темно-зелеными, голыми, снизу — шелковистыми, иногда покрытыми отстоящими волосками. Цветочные (генеративные) побеги высотой 5—8 см выходят из пазух розеточных листьев. Цветки белые, пятираздельные, диаметром до 3 см, собраны по 2—5 в верхушечные полузонтики. Цветение — в июне—июле. Плод — морщинистый, при основании опушенный орешек. Созревание плодов — в июле—августе.

В Украине, России и Беларуси встречается почти на всей территории, растет в смешанных и светлых сосновых лесах, среди кустарников, на лугах. Обширных зарослей никогда не образует.

В лечебных целях используют все части растения, чаще всего — корневище. В нем содержатся углеводы (крахмал), флавоноиды (кверцетин), кемпферол, цианидин, значительное количество минеральных солей и, особенно, соединений иода (до 3 %).

Применение. Исследования последнего времени значительно расширили спектр применения лапчатки белой. Ее препараты используют при лечении заболеваний щитовидной железы (тиреотоксикоз, гипертиреоз). Клинически установлена бактерицидная активность препаратов лапчатки, их применяют при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, печени, сердечно-сосудистой системы, как вяжущее, антисептическое и ранозаживляющее средство.

Традиционно в народной медицине отвар всех частей лапчатки белой применяют при опущении матки, а порошок корневищ — при кожных нарывах.

ЛАПЧАТКА ГУСИНАЯ

❖ *Potentilla anserina L.*

Перстач гусячий, гусяча лапка (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. В отличие от других видов лапчаток, имеет ползучие, укореняющиеся в узлах стебли длиной 10—15 см. Листья непарноперистые, сверху голые, зеленые, снизу — серебристоопушенные. Цветки довольно крупные, желтые, одиночные, на длинных цветоножках, с приятным запахом. Цветение — с мая по сентябрь.

Распространена на всей территории Украины и России, самое обычное растение на лугах, берегах водоемов, выгонах, вдоль дорог.

С лечебной целью используют все части растения, чаще всего траву. В состав лапчатки гусиной входят дубильные вещества (до 7 %), флавоноиды кверцитин и кверцитрин, холин, витамин С, органические кислоты, слизи, смолы, хинная кислота, минеральные соли. Препараты лапчатки гусиной оказывают спазмолитическое и желчегонное действие.

Применение. Рядом клинических исследований установлено спазмолитическое действие экстракта лапчатки гусиной, подобное действию папаверина. В народной медицине препараты растения в виде отваров, настоев и настоек применяют при спазмах и болях в желудке, как вяжущее — для полосканий ротовой полости при воспалительных процессах десен. Лапчатка считается одним из лучших противосудорожных препаратов, эффективна она также при почечнокаменной болезни, камнях в желчном пузыре, кишечных коликах. Настой и отвар травы используют наружно в виде компрессов при сильных болях в матке и болезненных менструациях (компрессы на нижнюю часть живота), применяют для ванн и примочек при кожных высыпаниях.

ЛАПЧАТКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ

❖ *Potentilla erecta* (*L.*) *Hampe*

Перстач прямостійний, калган, зав'язник (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение, морфологически очень схожее с лютиком. В отличие от лютика, листья лапчатки слегка опушены. Корневище толстое, цилиндрическое, многоглавое, длиной 5—10 см, с множеством тонких нитевидных корней. Стебель (или несколько стеблей) тонкий, прямостоячий или восходящий, высотой 10—40 см, опушенный редкими волосками, ветвистый в верхней части. Прикорневые листья длинночерешковые, тройчатые, отмирающие еще до цветения. Стеблевые листья сидячие, прижатоволосистые с нижней стороны, сверху голые, тройчатые; прилистники крупные, листообразные. Цветки одиночные, крупные, желтые, лепестки слегка выемчатые в верхней части; расположены цветки на тонких цвето-

ножках в пазухах верхних листьев. Плод — морщинистый орешек яйцевидной формы. Цветение — с мая по сентябрь. В Украине и России встречается повсеместно, в степной зоне — реже, растет на достаточно увлажненных почвах в лесах, по краям болот, на лугах.

С лечебной целью используют корневища, в которых содержится большое количество (по некоторым данным — до 30 %) дубильных веществ, эфир торментол, гликозид торментимин, хиновая и эллаговая кислоты, флобафены, смолы, крахмал и другие вещества.

Применение. В медицинской практике препараты лапчатки прямостоячей (отвары и настойки) применяют как вяжущее средство при желудочно-кишечных заболеваниях воспалительного характера, дизентерии, язве желудка, поносах, а также как кровоостанавливающее при внутренних кровотечениях; наружно — при кожных заболеваниях (мокнущая экзема).

В народной медицине спиртовую (водочную) настойку корневищ принимают внутрь при желудочных заболеваниях, диарее, при болезнях матки; наружно используют для примочек при кожных болезнях.

ЛАПЧАТКА СЕРЕБРИСТАЯ

❖ *Potentilla argentea L.*

Перстач сріблястий, дерев'янка (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Короткое деревянистое корневище переходит в длинный крепкий стержневой корень, в верхней части покрытый остатками отмерших листьев. Из корневой шейки ежегодно весной отрастает пучок прикорневых розеточных листьев на длинных тонких беловойлочно-опушенных черешках. Из центра листовой розетки выдвигается прямой тонкий опушенный цветоносный стебель высотой 10—30 см. Прикорневые листья шести- или семираздельные, средние стеблевые — с пятью, верхние — с тремя листочками. Листочки обратнояйцевидные, с узколинейным основанием, сверху зеленые, снизу — с густым беловойлочным опушением. Цветки светло-желтые, пятираздельные, с выемками

по верхнему краю лепестка, собраны в многоцветковую рыхлую щитковидную метелку на верхушках побегов. Цветение — с июня до осени. Плод — многоорешек.

Встречается лапчатка серебристая на всей территории Украины и России, в Беларуси, чаще в западных областях, на склонах балок, речных долин, на лесных опушках и полянах, вдоль дорог, на сухих пастбищах и выгонах. Иногда образует небольшие заросли.

С лечебной целью используют надземную часть растения. Химический состав лапчатки серебристой изучен недостаточно. Известно, что в ней содержатся, как и во всех лапчатках, значительное количество дубильных веществ, аскорбиновая кислота. Препараты растения оказывают вяжущее, кровоостанавливающее, противовоспалительное действие.

Применение. В виде отвара, настоя и настойки лапчатку серебристую используют при диарее, анацидном гастрите, для полосканий при ангине, воспалительных процессах в ротовой полости; лапчатка серебристая входит в состав микстуры Здренко.

В народной медицине лапчатку серебристую рекомендуют принимать внутрь при миозите, простуде, женских заболеваниях; мазь,

приготовленную из порошка травы на внутреннем свином жире, используют при лечении фурункулеза.

ЛАСТОВЕНЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Vincetoxinum officinale Moench* (*Cynanchum vincetoxicum* (*L.*) *Pers.*)

Ластовень лікарський (*укр.*)

Семейство Ластовневые — Asclepiadaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище горизонтальное, ползучее, укороченное, с многочисленными придаточными шнуровидными корнями. Стебли высотой 30—70 см, прямостоячие или приподнимающиеся, в верхней части слегка вьющиеся. Листья супротивные, яйцевидно-ланцетные, заостренные в верхней части. Цветки белые, пятилепестные, с неприятным запахом, собраны в ветвистые полузонтики на верхушках стеблей и в пазухах верхних листьев. Цветение — с июня по август. Плоды — стручковидные двулистовки с множеством опушенных с одной стороны семян. В Украине и России встречается на всей территории в лиственных и смешанных лесах, среди кустарников, на лугах, по берегам водоемов.

С лечебной целью используют корневища с корнями ластовня. В них содержатся малоизученная сапониноподобная кислота и гликозиды.

Применение. Препараты ластовня вызывают неудержимую рвоту, поэтому их применяют в случае пищевых отравлений. Ластовень оказывает также потогонное, слабительное и антитоксическое действие.

В народной медицине препараты ластовня рекомендуют в малых дозах при повышенном давлении крови, сердцебиении, как мочегонное, потогонное, регулирующее менструации средство. Имеются сведения о применении ластовня при лечении алкоголизма. Входит в состав травяных сборов, применяющихся для лечения отеков сердечного происхождения.

Растение сильно ядовито, терапевтическая эффективность изучена недостаточно, поэтому бесконтрольное применение его недопустимо.

ЛАТУК ПОСЕВНОЙ, САЛАТ ПОСЕВНОЙ

❖ *Lactuca sativa L.*

Латук городній, салат посівний (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Широко известная овощная культура, пользующаяся большой популярностью в европейских странах и значительно меньшей — в Украине. Растение однолетнее (редко — двулетнее), травянистое, с широкими обратнояйцевидными листьями, волнистыми по краю, светло-зеленого цвета, с белым млечным соком. Некоторые культурные формы способны образовывать кочан (кочанный салат). Цветоносный стебель сизый, слегка ветвистый, высотой до 0,3—1 м. Цветки желтые, мелкие, собраны в небольшие корзинки, которые, в свою очередь, образуют метельчатые соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плоды — ребристые удлиненные семянки с белым хохолком.

С лечебной целью используют листья, сок и семена растения. В салате содержатся углеводы (до 3 %), азотистые вещества (0,3 %), минеральные соли калия, кальция, железа, фосфора, витамины А и С.

Применение. В Древней Греции и Риме считали, что салат обладает успокаивающим и легким снотворным действием. Сейчас

его используют только в народной медицине. Свежие молодые листья салата в различном виде применяют как средство, улучшающее работу желудочно-кишечного тракта, для профилактики цинги, при хроническом гастрите, для повышения лактации у кормящих матерей; салат-латук считается эффективным средством при лечении пневмонии и кори у детей.

ЛЕБЕДА РАСКИДИСТАЯ, ИЛИ САДОВАЯ

❖ *Atriplex patula L.*

Лобода, лобода садова (*укр.*)

Семейство Маревые — Chaenopodiaceae

Однолетнее травянистое растение. Корневая система хорошо развитая, со стержневым сильно разветвленным корнем и многочисленными придаточными корнями. Стебель прямой, ветвистый, высотой до 0,6—1,5 м. Нижние листья крупные, треугольные, продолговато-сердцевидные, цельнокрайние или выемчато-зубчатые, матово-зеленые. Цветки однополые, пятираздельные, невзрачные, желтовато-зеленые, многочисленные, собраны в длинную верхушечную метелку. Все растение иногда имеет красноватый цвет. В Украине, России и Беларуси встречается повсеместно на хорошо удобренных плодородных почвах, являясь своеобразным индикатором плодородия. Растет как сорняк на огородах, полях, выгонах, в населенных пунктах, хорошо переносит засоленные почвы.

С лечебной целью используют траву лебеды. В ней содержатся сапонины, фенолкарбоновые кислоты, феруловая кислота, кемпферол, кверцитин, бетаин, синий пигмент, витамины. Растение оказывает диуретическое, кровоостанавливающее и антибактериальное действие.

Применение. Лебеду садовую используют только в народной медицине. Отвары листьев и цветков применяют при кашле, отваренную измельченную траву в смеси с медом — при лечении опухолей гортани. Наружно используют для припарок при геморрое, кожных заболеваниях. Отвар травы в смеси с льняным маслом применяют для клизм при запорах. Молодые листья можно использовать в пищу.

ЛЕВЗЕЯ САФЛОРОВИДНАЯ, МАРАЛИЙ КОРЕНЬ

❖ *Rhaponticum carthamoides* (*Willd.*) *Lljin*

Левзея, маралoвий корінь (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение, морфологически напоминающее чертополох. Корневище темно-бурое, горизонтально расположенное, ветвистое, с многочисленными тонкими жесткими придаточными корнями и специфическим запахом. На корневище образуется от 5 до 20 вегетативных побегов с прикорневой розеткой из трех-четырех крупных, черешковых, перисторaздельных листьев длиной до 0,6—1 м и шириной до 20 см. Один-два генеративных (цветоносных) стебля — полые, ребристые, опушенные или голые, высотой до 120 см с сидячими, более мелкими листьями. Цветки трубчатые, обоеполые, фиолетовые или розовые, пятираздельные, собраны в одиночные корзинки на верхушках стеблей. Плоды — серо-коричневые семянки длиной до 8 мм, эллипсовидной формы. Цветение — в июле—августе, плодоношение — в сентябре. Природный ареал левзеи — Алтай, Саяны, Кузнецкий Алатау. Растение субальпийского пояса, введено в культуру, имеется опыт выращивания и в Украине.

С лечебной целью используют корневища с корнями маральего корня (это название растению дали охотники, наблюдавшие как олени поедают корневища в период гона). Заготавливают корневища от растений в возрасте не менее трех лет. В них содержится сумма фитоэкдизонов (экдистерон, инокостерон, интегристерон), стерины, гликозиды, флавоноиды, дубильные вещества, эфирное масло и т. д. Основной лечебный эффект оказывает экдистерон.

Применение. В медицине применяют жидкий экстракт и настойку корневищ левзеи сафлоровидной. Препараты оказывают стимулирующее действие при расстройствах нервной системы, физическом и умственном истощении, утомлении, половом бессилии; используют левзею и при лечении алкоголизма. Левзея входит в состав тонизирующего напитка «Саяны».

ЛЕН ПОСЕВНОЙ, ЛЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Linum usitatissimum L.*

Льон звичайний (*укр.*)

Семейство Льновые — Linaceae

Однолетнее травянистое растение. Корень короткий, веретеновидный, желтоватый. Стебель, в зависимости от сортовой принадлежности, высотой 30—100 см и более; одиночный, прямостоячий или восходящий, простой, цилиндрический, иногда ветвистый в верхней части, густо облиственный. Листья мелкие, длиной 2—3 см, очередные, сидячие; приземные листья иногда короткочерешковые; все листья тонкие, ланцетные или продолговато-ланцетные. Цветки голубые, на цветоножках, с обратнояйцевидными лепестками длиной 12—15 мм, собраны в редкие метелки на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — яйцевидная коробочка с 10 (иногда меньше) семенами; семена уплощенные, буро-желтые, гладкие, блестящие. Одно из древнейших культивируемых растений у славянских народов, используется как прядильная и масличная культура.

В лечебных целях используют семена льна (*Semina Lini*). В них содержатся жирное высыхающее масло (до 40 %), слизистые веще-

ства (до 8 %), белки (до 28 %), гликозид линамарин, витамины, органические кислоты и др.

Применение. Терапевтическая эффективность препаратов льна обусловлена наличием в его семенах слизистых веществ и линамарина. Лен оказывает обволакивающее, противовоспалительное и слабительное действие. Применяется при воспалительных процессах дыхательных путей и пищевода, желудочно-кишечного тракта, при колитах. Наружно слизь (в виде слизистых отваров) используют в качестве компрессов при трофических язвах. Льняное масло применяют как слабительное, при лечении ожогов, для изготовления мазей. Используют лен при лечении атеросклероза, сахарного диабета, ишемической болезни сердца, гепатитов, цирроза печени. Препарат «Линетол», изготавливаемый из льняного масла, применяют при ожоговой терапии и лучевых поражениях кожи, при лечении атеросклероза. Используют препараты льна и для косметических процедур.

ЛЕПИДОТЕКА ПАХУЧАЯ

СИНОНИМЫ: РОМАШКА БЕЗЪЯЗЫЧКОВАЯ, РОМАШКА РОМАШКОВИДНАЯ

❖ *Lepidoteca suaveolens* (*Pursch*) *Nutt.* (*Matricaria matricarioides* (*Less.*) *Porter et Britton*)

Ромашка зелена, ромашка собача (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Однолетнее травянистое растение. Стебель толстый, разветвленный от основания, высотой до 30 см. Листья очередные, дваждыперисторассеченные на узкие линейные дольки, неопушенные. Цветки трубчатые, с четырехзубчатым отгибом, желтовато-зеленые, собраны в мелкие верхушечные корзинки без краевых белых лепестков, с сильным ромашковым запахом. Соцветие напоминает корзинку ромашки аптечной с оборванными белыми лепестками. Цветение — в мае—сентябре. Плод — довольно крупная (до 1,5 мм) цилиндрическая семянка с ребрами. Родиной лепидотеки является Америка; появившись в Европе, растение быстро размножилось

и стало вытеснять ромашку аптечную. Встречается на всей территории Украины и России, в северных и западных областях иногда образует значительные заросли.

С лечебной целью используют цветочные корзинки. Лепидотека служит заменителем ромашки аптечной. В соцветиях содержится эфирное масло, в состав которого входят хамазулен, терпены, азулен, каприловая и изовалериановая кислоты, горечи, гликозиды (герниарин), фитостерины, слизи, камедь, витамин С, каротин. Хамазулен оказывает выраженное противовоспалительное и обезболивающее, а герниарин — спазмолитическое действие.

Применение. В медицине лепидотеку используют при лечении колитов, хронических гастритов, язвы желудка, метеоризме, как средство, успокаивающее нервную систему. Наружно применяют в виде компрессов при ушибах, гематомах, отеках, для глазных ванночек при воспалительных процессах, при геморрое, для полоскания рта и горла. Отвар ромашки признан одним из лучших средств для ухода за волосами.

ЛЕЩИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Corylus avellana L.*

Ліщина звичайна (*укр.*)

Семейство Лещиновые — Corylaceae

Листопадный кустарник, изредка деревце высотой до 3—6 м. Молодые побеги опушенные, железистые. Листья очередные, короткочерешковые, округлые или широкообратнояйцевидные, по краю двоякозубчатые; сверху темно-зеленые, снизу — светлее. Цветки однополые, мужские — в соцветиях-сережках, женские — в цветочных почках, при распускании — в виде кисточек. Цветение — в марте—апреле, до распускания листьев. Плод — коричневато-желтый орех, сидящий в обертке из листочков — плюске.

В Украине, Беларуси и в европейской части Российской Федерации встречается повсеместно на хорошо увлажненных почвах, как подлесок в смешанных светлых лесах, среди кустарников, на вырубках, однако большие массивы орешника в природе стали редкостью.

Лещина, будучи ценнейшим растением, активно вводится в культуру, в некоторых странах (Турция) является важнейшим звеном национальной экономики.

С лечебной целью используют листья и кору орешника. В листьях содержится эфирное масло, пальмитиновая кислота, мирицитрозид, сахароза, в коре — танины (до 8 %), бетулин, флобафены, лигноцериловый спирт.

Применение. В официальной медицине препараты коры лещины используют как сосудорасширяющее средство при геморрагиях, перифлебитах, расширенных венах. Отвар листьев применяют при гипертрофии предстательной железы.

В народной медицине препараты листьев используют при лечении заболеваний печени.

Плоды лещины, содержащие до 50 % ценнейшего масла, являются сырьем для пищевой, прежде всего кондитерской промышленности, имеют бóльшее значение, чем орех грецкий. На Дальнем Востоке распространен близкородственный вид — лещина разнолистная, сходный по всем признакам с лещиной обыкновенной и имеющий аналогичное применение.

ЛИЛИЯ ТИГРОВАЯ, ИЛИ ЛАНЦЕТОЛИСТНАЯ

❖ *Lilium lancifolium Kort.*

Лілія тигрова, саранка (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое луковичное растение. Подземные органы представлены очень крупной луковицей с многочисленными шнуровидными корнями различных типов. Стебель мощный, прямостоячий, цилиндрический, темно-зеленый или фиолетовый, неветвящийся, высотой 1—1,5 м и более. Листья продолговато-ланцетные или ланцетные, очередные. Цветки крупные, оранжевые с черными точками, правильные, шестираздельные, собраны в разреженную конечную кисть; распускаются цветки не одновременно. В природе произрастает в Восточной Азии (Китай), в Украине, России и Бела-

руси распространена повсеместно как неприхотливое декоративное растение, иногда дичает.

С лечебной целью в народной медицине стран Востока используются все части растения, в Украине — главным образом луковицы и цветки. Химический состав изучен недостаточно. Известно, что в луковицах содержатся алкалоиды, а в надземных частях сапонины и флавоноиды. В луковицах, кроме того, высокое содержание сахаров, слизей, витаминов, азотистых веществ и минеральных соединений.

Применение. В народной медицине отваренные в молоке луковицы используют для компрессов при лечении кожных нарывов, фурункулов. При болях в матке и внутренних кровотечениях употребляют слегка отваренные измельченные луковицы в небольших дозах (15 г). Свежий сок листьев и цветков используют наружно как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство.

Находят применение и другие виды лилий — лилия белая и лилия кудреватая. Их используют так же, как лилию тигровую. Из цветков лилии белой готовят отвар, который в смеси с медом и горчичным порошком (в равных количествах) применяют в косметике для выведения веснушек.

ЛИМОННИК КИТАЙСКИЙ

❖ *Schisandra chinensis* (*T.*) *Baill.*

Лимонник китайський (*укр.*)

Семейство Магнолиевые — Magnoliaceae

Многолетняя листопадная лиана. Корневища шнуровидные, мощные, очень длинные (до 15—20 м), радиально расходящиеся от материнского растения в верхнем слое почвы; коричневые или бурые, с множеством придаточных корней. Отходящие от корневищ стебли — древеснеющие, ветвящиеся, толщиной до 2 см, длиной до 10—15 м, обвивающие опоры (деревья) и дающие ежегодный прирост 1—1,5 м.

Кора молодых ветвей гладкая, зеленоватая, более старых — коричневая, морщинистая, отслаивающаяся чешуйками. Листья черешковые, сверху голые, зеленые, снизу — светлее, опушенные по жилкам, однополые, венчик белый, внутри розовый или коричневатый, собраны по 2—5 у основания однолетних побегов на тонких поникающих розовых цветоносах. Цветение — в мае—июне. Из каждого цветка образуется сочная многолистовка, которая к моменту созревания выглядит как круглое, до 10 см, соплодие из 5—40 сочных ярко-красных ягод диаметром до 10 мм (морфологически правильнее назвать это соплодие разросшимся цветоложем). Плодоношение — в сентябре—октябре. Семена округлопочковидные, фиолетово-бурого цвета. Все части растения имеют запах лимона.

Природный ареал лимонника китайского — Корея, Япония, Северный Китай, Приморский и Хабаровский края Российской Федерации. В Украине с успехом выращивается как декоративное и лекарственное растение в ботанических садах и частных коллекциях.

С лечебной целью используют плоды и семена лимонника в свежем и высушенном виде. В них содержатся жирное (до 26 %) и эфирное масла, схизандрины, схизандрон (основные биологически активные соединения), большое количество органических кислот, сахара, витамины. Препараты лимонника оказывают стимулирующее действие на центральную нервную систему, повышают иммунные реакции и работоспособность, улучшают обмен веществ, стимулируют дыхание и кровообращение.

Применение. Лимонник эффективен при астении и депрессивных состояниях, при снижении работоспособности, быстрой утомляемости, раздражительности, вялости, сонливости. При регулярном употреблении лимонника заметно повышается острота зрения, в том числе ночного.

Препараты лимонника противопоказаны при бессоннице, нервном возбуждении, гипертонической болезни, нарушениях сердечной деятельности.

ЛИПА СЕРДЦЕЛИСТНАЯ

❖ *Tilia cordata Mill.*

Липа серцелиста (*укр.*)

Семейство Липовые — Tiliaceae

Листопадное дерево высотой до 30 м. Кора молодых веточек красновато-бурая с множеством мелких чечевичек; на скелетных ветвях и стволах кора темно-серая, бороздчатая. Листья очередные, длинночерешковые, у основания сердцевидные, часто неравнобокие, с заостренной вершиной, по краю зубчатые, сверху голые, зеленые, снизу сизо-зеленые с рыжеватыми волосками в местах ветвления жилок, длиной до 9 см, шириной до 5—8 см.

Цветки кремовые и белые, ароматные, раздельнополые, диаметром до 1 см, собраны по 3—15 в поникающие полузонтики; прицветный лист наполовину сросшийся с общим длинным цветоносом. Цветение — в июне—июле, после распускания листьев. Плоды — овальные опушенные орехи серого цвета, созревающие в сентябре.

Встречается почти на всей территории Украины, Беларуси и России в лиственных и смешанных лесах, в балках, речных долинах, полезащитных лесополосах, в населенных пунктах, широко применяется в озеленении, ландшафтно-парковом дизайне.

С лечебной целью используют цветки с прицветниками. В них содержатся эфирное масло, гесперидин, тилиацин, сапонины, дубильные вещества, витамины, каротин, слизи.

Применение. Липовый цвет используют прежде всего как потогонное средство при простудных заболеваниях, он входит в состав травяных сборов для полоскания горла и ротовой полости, также проявляет мочегонное, отхаркивающее и бактерицидное действие. В народной медицине цвет липы используется при лечении кашля, простудных заболеваний, при головных болях, бесплодии, расстройствах нервной системы; липовый деготь применяют при лечении кожных заболеваний (экземы). Будучи прекрасным медоносом, липа дает один из лучших сортов меда, успешно применяемого в народной медицине.

В Украине встречаются также липа широколистная и липа пушистая, химический состав и терапевтическое применение которых аналогично липе сердцелистной.

ЛИСТВЕННИЦА СИБИРСКАЯ

❖ *Larix sibirica Ledeb.*

Модрина (*укр.*)

Семейство Сосновые — Pinaceae

Хвойное растение, сбрасывающее хвою в зимний период. Самый распространенный вид, занимающий более половины площади всех сибирских лесов. Лиственница — крупное дерево высотой 30 и более метров. Ствол выраженно конусовидный. Крона яйцевидно-конусовидной формы. Кора стволов и старых ветвей серобурая, толщиной до 10 см. Растение однодомное, на каждой особи развиваются мужские и женские генеративные органы. Шишки овальные, длиной до 2—5 см, семена яйцевидные, темно-бурые с черными полосками и крапинками, длиной до 5 мм, крылатые. После созревания и осыпания семян шишки длительное время (до трех лет) остаются висящими на ветвях. Плодоношение периодическое, через три-семь лет. Живет лиственница 400—500 лет, известны особи 900-летнего возраста. Древесина лиственницы — непревзойденный строительный материал, прежде всего по устойчивости к гниению. Во влажных условиях постройки из лиственницы не разрушаются многие сотни лет (Венеция построена на лиственничных сваях). В Украине дерево встречается в Карпатах, а также на всей территории в культурных агромелиоративных насаждениях и парках.

С лечебной целью используют хвою, молодые побеги, кору, живицу (смолу), а также продукты их переработки. Препараты лиственницы применяют как успокаивающее, противовоспалительное, ранозаживляющее, обезболивающее и витаминное средство.

Применение. Настой измельченной хвои издавна используют как противоцинготное средство (содержание аскорбиновой кислоты в хвое достигает 325 мг%). Получаемый из живицы терпентин

применяют при лечении подагры и ревматизма, миозитов и невралгии, болезней суставов. Используют и такие продукты переработки, как скипидар и терпингидрат. Полезен и паразитирующий на стволах лиственницы гриб — «лиственничная губка», содержащийся в нем агарицин применяют при лечении туберкулеза.

ЛОПУХ БОЛЬШОЙ

❖ *Arctium lappa L.*

Лопух великий, реп'яхи, дідівник (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Двулетнее травянистое растение. Корень стержневой, хорошо развитый, мясистый, глубоко проникающий в почву. Стебель ребристый, с красноватым оттенком, сильно ветвистый в верхней части, высотой до 80—100 см. Листья черешковые, очередные, сердцевидно-яйцевидные, очень крупные (длиной до 70 см, шириной 50—60 см), сверху — зеленые, снизу — серо-войлочные, опушенные. Цветки обоеполые, трубчатые, с пятизубчатым отгибом, пурпурного цвета, собраны в шаровидные корзинки, которые, в свою очередь, образуют щитковидные кисти. Цветение — в мае—июне. Плоды — морщинистые черные семянки длиной 6—7 мм, созревают в сентябре—октябре. На территории Украины, России и Беларуси — самое обычное растение, но в южных степных регионах встречается только во влажных лесах, речных долинах и балках. Часто растет небольшими группами вблизи жилья, на свалках, выгонах и т. д.

С лечебной целью используют корни лопуха. Корни растений первого года жизни заготавливают осенью, второго года — весной. В корнях содержится 25—45 % инулина, протеин (до 12 %), эфирное масло, пальмитиновая и стеариновая кислоты, ситостерин, стигмастерин. В семенах имеется гликозид арктин, в листьях — дубильные вещества.

Применение. В народной медицине наиболее широко применяют отвары корней лопуха, обладающие мочегонным и потогонным действием. Их используют при лечении сахарного диабета, подагры,

почечнокаменной болезни, наружно — при кожных заболеваниях (экземы, лишаи). Корни лопуха входят в состав травяных сборов, используемых при лечении рахита, золотухи, геморроя, болезней мочеполовых органов. «Репейное масло» (настой корней лопуха на высококачественных растительных маслах) издавна применяют для укрепления волос. Корни лопуха служат суррогатом кофе.

ЛОХ УЗКОЛИСТНЫЙ, ИЛИ СЕРЕБРИСТЫЙ

❖ *Elaeagnus angustifolia L.*

Маслина, лох вузьколистий (*укр.*)

Семейство Лоховые — Elaeagnaceae

Крупный кустарник или деревце высотой до 8—10 м. Корневая система мощная, глубоко проникающая в почву. Кора стволов и старых ветвей глянцевая, красно-бурая; молодые побеги чешуйчато-серебристые. Ветви снабжены крепкими шипами длиной до 4 см. Листья очередные, ланцетные или линейно-ланцетные, длиной 3—7 см, короткочерешковые, цельнокрайние, покрыты серебристыми волосками, отчего все растение имеет светло-серебристую окраску. Цветки мелкие, диаметром до 1 см, ярко-желтые внутри, ароматные, с четырехраздельным колокольчатым околоцветником; обычно обоеполые, изредка — функционально мужские (с недоразвитым пестиком). Цветение — в мае—июне. Плод — овальная или почти сферическая костянка длиной до 1,5 см, вначале серебристая, а при полной зрелости коричневатая, с мучнистой сладкой мякотью и одним семенем с восемью продольными бороздками. Созревание плодов — в сентябре—октябре.

В республиках Средней Азии лох — одно из наиболее почитаемых растений, введен в культуру. В Украине лох широко распространен в центральных и южных регионах, нередок и в более северных областях, используется в лесомелиорации. Лох способен расти на самых бедных, истощенных почвах, хорошо переносит засуху, декоративен, дымо- и газоустойчив, отличный медонос.

С лечебной целью используют плоды, листья, кору и камедь лоха узколистного. В этих частях растения содержатся флавоноиды,

кумарины, катехины, витамин С, фенолкарбоновые кислоты, дубильные вещества, стероиды, эфирное масло.

Применение. Препараты лоха в виде отваров и настоев плодов, листьев и коры используют главным образом как вяжущее средство при поносах и заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Наружно применяют свежие листья — как ранозаживляющее средство. Полученную из высушенных плодов муку используют в кулинарии и кондитерском производстве.

ЛУК МЕДВЕЖИЙ, ЧЕРЕМША

❖ *Allium ursinum L.*

Цибуля ведмежа (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое растение. Подземные органы представлены несколькими (реже — одной) луковицами туникатно-

го строения с прозрачными пленчатыми чешуями и мочковатыми корнями. Цветоносный стебель безлистный, высотой 20—40 см, трехгранный или полукруглый. Листья (чаще всего два) прикорневые, заостренные на вершине, у основания сужены в длинный черешок, эллиптически-ланцетные. Цветки шестираздельные, белые, мелкие, собраны на длинных цветоножках в полусферический зонтик на верхушках цветоносных стеблей.

Цветение — в мае. Плод — трехгранная коробочка с черным морщинистым семенем, плоским с одной стороны. Созревают плоды в июне, после чего надземная часть отмирает. Растение имеет сильный чесночный запах. В Украине черемша встречается на Полесье и в лесостепной зоне в речных долинах и балках, в светлых лесах на богатых плодородных почвах. Занесена в Красную книгу Украины.

С лечебной целью используют луковицы черемши, заготовленные в мае—июне. В них содержатся эфирное масло, гликозид аллин, аскорбиновая кислота (до 750 мг%).

В Украине нередко встречается близкородственный вид — лук победный (*Allium victoriale*), также называемый черемшой. Он обладает аналогичными свойствами и используется подобно луку медвежьему.

Применение. В официальной медицине лук медвежий используют как противоцинготное, витаминное средство. Из луковиц получают препараты «Урзалл» и «Урзаллин», которые применяют при лечении гнойных ран, язв, пролежней.

В народной медицине спектр применения черемши значительно шире, ее используют при лечении гипертонической болезни, простудных заболеваний, бронхитов, катаров желудка и кишечника (инфекционного характера), поносов и дизентерии, как противогельминтное средство.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ

❖ *Allium cepa L.*

Цибуля городня (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Широко распространенная, общеизвестная овощная культура, с древнейших времен выращиваемая человеком. Лечебные свойства лука обусловлены наличием в нем эфирного масла, фитонцидов, соединений серы и иода, органических кислот; в луке высокое содержание витаминов C, B_2 и каротина.

Широко применяют и другие виды культивируемых сортов лука — лук-батун, лук-слизун, шнитт-лук, лук многоярусный и лук многозачатковый.

Применение. В медицинской практике на основе лука репчатого изготавливают ряд препаратов («Аллилчеп», «Аллиглицер»), назначаемых при лечении диареи, атонии кишечника, трихомонадных воспалений слизистой оболочки влагалища. Лук применяют для профилактики и лечения различных простудных заболеваний, ангины, гриппа.

В народной медицине лук используют очень широко — при импотенции и атеросклерозе, как противоглистное и противовоспа-

лительное средство, для заживления ран и лечения глазных заболеваний. Издревле печеный лук считается отличным средством при лечении фурункулов и нарывов, свежий тертый лук применяют для лечения травматических повреждений (ушибы, растяжения), а свежий сок используют при воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта. Наружно луковый сок применяют для выведения мозолей и бородавок, он считается хорошим средством для укрепления волос. Лук известен как средство, предупреждающее появление морщин, соком лука удаляют веснушки. В смеси с медом лук используют наружно при лечении грибковых кожных заболеваний.

ЛЬНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Linaria vulgaris Mill.*

Льонок звичайний, дикий льон, собачки (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Многолетнее травянистое растение. Корень тонкий, длинный, деревянистый, бурого цвета. Стебель прямостоячий, простой, реже ветвистый, высотой 30—60 см, густо облиственный. Листья голые, очередные, линейно-ланцетные, цельнокрайние, сидячие, на верхушке заостренные.

Цветки желтые, двугубые, с длинным шпорцем, собраны в густые кисти на верхушках стеблей. Нижняя губа у основания вздутая, с ярко-оранжевым пятном, что делает льнянку легко узнаваемым растением. Цветение — в июне—августе. Плод — овальная гладкая коробочка с дисковидными, перепончатыми по краю семенами, созревающими в сентябре. На территории Украины и России встречается повсеместно на сухих почвах вдоль дорог, на склонах балок, в оврагах, на лесных полянах, пастбищах и выгонах, редко — как сорняк в посевах.

С лечебной целью используют траву льнянки обыкновенной (*Herba Linariae*). В ней содержатся алкалоид пеганин, малоизученные гликозиды, флавоновые гликозиды линарин и неолинарин, до

170 мг% аскорбиновой кислоты, смолы, пектины, слизи, каротин, органические кислоты, в том числе фолиевая.

Применение. В народной медицине препараты льнянки в виде концентрированных отваров используют главным образом при лечении запоров, в том числе хронических, а также при атонии кишечника, вздутии живота, метеоризме, болезнях печени и почек (алкалоид пеганин оказывает возбуждающее действие на гладкую мускулатуру кишечника и обладает желчегонным действием). Наружно применяют отвар надземной части — для глазных ванночек и примочек при воспалительных процессах, для обмываний и компрессов при лечении кожных сыпей, язв, фурункулеза. Мазь, приготовленную из экстракта льнянки на основе внутреннего свиного жира, используют при лечении геморроя.

ЛЮБИСТОК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Levisticum officinale Koch.*

Любисток лікарський, зоря лікарська, дудочник (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение, культивируемое с древнейших времен. Дикие предки любистка не выявлены. Корневая система хорошо развита, представлена мощным стержневым корнем и придаточными корнями. Стебли прямостоячие, полые внутри (отсюда название — дудочник), неопушенные, разветвленные в верхней части, высотой до 150 см. Листья перистые или двоякоперистые, глянцевоблестящие, крупные, всегда прохладные на ощупь (листья охлаждаются из-за испарения содержащегося в них эфирного масла). Листочки клиновидные, заостренные на верхушке и яйцевидные у основания; в верхней части — надрезанно-зубчатые. Цветки двуполые, правильные, пятираздельные, со светло-желтыми округлыми лепестками, мелкие; собраны в сложные зонтики с мелколистными обертками на верхушках стеблей и в пазухах верхних листьев. Плоды — желтые двусемянки, созревающие в августе. Все растение имеет специфический сельдерейный аромат. Любисток широко распространен в Украине, выращивается в садах и огородах, чаще на бросовых участках, не занимаемых основными культурами; иногда встречается в одичавшем виде на пустырях, выгонах, свалках, вблизи населенных пунктов.

С лечебной целью используют все части растения. Химический состав изучен недостаточно. В растении содержится сложное эфирное масло (в корнях — до 1 %, в траве — до 0,1 %, в семенах — до 1,5 %). В листьях имеется до 115 мг% аскорбиновой кислоты, в корнях — смолы, дубильные вещества, крахмал, органические кислоты, кумарины.

Применение. Препараты любистка оказывают мочегонное, отхаркивающее, успокаивающее и обезболивающее (анестезирующее) действие. В народной медицине отвар корней и травы используют при лечении водянки, болезней почек, желудочно-кишечного тракта, легочных болезней, метеоризма. Настой и отвар корней принимают при болезненных скудных менструациях и как облегчаю-

щее средство при родах. Наружно компрессы из свежих цельных или измельченных листьев применяют при головных болях, а отвар корней используют при выпадении волос — для мытья головы.

ЛЮБКА ДВУЛИСТНАЯ

❖ *Platanthera bifolia* (*L.*) *Rich.*

Любка дволиста, ноктурія, люби-мене-не-покинь (*укр.*)

Семейство Орхидные — Orchidaceae

Многолетнее травянистое растение, один из немногих представителей орхидей в умеренных широтах. Подземные органы — два рядом расположенных удлиненных клубня (отмирающий материнский и молодой дочерний), а также многочисленные тонкие корешки. Стебель прямостоячий, ребристый, голый, высотой 20—50 см. Прикорневые листья (обычно их два, редко — один или три) почти супротивные, эллиптические, цельнокрайние, с дуговым жилкованием, округленной верхушкой и крылатым черешком. Стеблевые листья мелкие, редуцированные. Цветки белые, зигоморфные, душистые, двугубые; верхняя губа сложена тремя лепестками, нижняя — двумя, с длинным шпорцем; цветки ароматные, собраны в верхушечную кисть. Запах цветков усиливается в сумерках и ночью. Цветение — в июне—июле. Плод — коробочка с многочисленными мелкими семенами, созревание плодов и семян — в августе.

На территории Украины встречается в основном в Карпатах и на Полесье, очень редко — в степных регионах. В Беларуси встречается повсеместно, но редко, в России — в европейской части и в Сибири. Растет в лесах, на лесных опушках, на достаточно увлажненных почвах. Растение очень редкое, исчезающее, находится под охраной.

С лечебной целью используют высушенные молодые (одногодичные) клубни любки двулистной. Главным действующим веществом клубней является полисахарид маниан, при гидролизе которого образуется манноза.

В Карпатах и на Полесье встречается близкородственный вид — любка зеленоцветная, отличающаяся зеленоватыми цветками без запаха. Свойства и применение этого растения аналогичны.

Применение. В настоящее время, в связи с уменьшением численности растения в природной среде, любка двулистная (как и некоторые другие представители рода Ятрышник) в медицине не используется. Ранее отвар клубней применяли как эффективное обезболивающее и смягчающее средство при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, отравлениях, поносах. В народной медицине отвар клубней и сами сваренные клубни использовались при лечении панарициев, фурункулов, как успокаивающее и анестезирующее средство при зубной боли, как средство, улучшающее рост волос, и др.

ЛЮТИК ЕДКИЙ

❖ *Ranunculus acris L.*

Жовтець їдкий (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, с многочисленными корнями, собранными в плотный пучок. Стебель прямостоячий, ветвистый в верхней части, высотой 30—100 см. Прикорневые листья длинночерешковые, пяти-семипальчатораздельные, пятиугольной формы, глубуко разделены на ромбические доли, которые надрезаны на ланцетные дольки. Верхние (стеблевые) листья почти сидячие, трехраздельные, с линейными долями. Цветки золотисто-желтые, глянцевые, маслянисто-блестящие, актиноморфные, пятираздельные, на длинных цветоножках. Цветение — с мая до осени. Плодики косояйцевидные, сжатые с боков, с коротким носиком. В Украине, России и Беларуси встречается повсеместно на лугах, лесных полянах, опушках, среди кустарников, растет на достаточно увлажненных почвах.

В лечебных целях используют траву лютика. Свежая трава обладает фитонцидными свойствами, в ней содержатся протоанемонин (анемонол), сапонины, флавоноиды, дубильные вещества и другие соединения.

Применение. Лютик едкий используют только в народной медицине. В связи с высокой токсичностью препараты этого растения применяют очень ограниченно и только наружно. Даже при попа-

дании на кожу свежий сок лютика может вызывать покраснение, зуд, опухоли и язвы. Основное применение лютик находит в дерматологии (выведение бородавок, лечение коросты) и в гомеопатии, где его используют в микродозах при лечении кожных заболеваний, невралгии, ревматизма, кожного туберкулеза. В равной степени вышесказанное относится и к лютику ползучему.

Растение ядовито.

ЛЮЦЕРНА ПОСЕВНАЯ

❖ *Medicago sativa L.*

Люцерна посівна, люцерна синя (*укр.*)

***Семейство Бобовые* (*Мотыльковые*) —**
***Fabaceae* (*Leguminosae*)**

Многолетнее травянистое растение, одна из ведущих кормовых высокобелковых культур. Корневая система мощная, стержневой корень (с возрастом — несколько корней) веретеновидный, толстый, древеснеющий, глубоко (более 1 м) проникающий в почву. Стебли прямостоячие, крепкие, многочисленные, высотой до 0,6—1,2 м, ветвистые в верхней части, густо облиственные. Листья очередные, черешковые, тройчатые, средний листочек на более длинном черешке; листочки эллиптические или яйцевидные, иногда продолговато-клиновидные, темно-зеленые, нежные. Цветки мелкие, мотылькового типа, неправильные, синие или фиолетовые, собраны по 10—30 в головчатой кисти в верхней части стеблей. Цветение — в июне—июле, при скашивании в условиях достаточного увлажнения цветет повторно. Плод — боб спиральной или серповидной формы, длиной менее 1 см, с мелкими, гладкими, желтыми или буроватыми семенами. Созревание плодов — в августе—сентябре.

В Украине люцерна распространена на всей территории, в России — в южных областях, возделывается как ценнейшая кормовая культура в зонах с интенсивным животноводством, а также как агромелиоративная, почвоулучшающая культура.

В лечебных целях используют надземную часть растения. В траве люцерны содержатся белки, углеводы, эфирное масло, стероиды,

тритерпеноиды, алкалоиды, витамины С, К, Е, D, группы В, пантотеновая кислота, каротин, антоцианы и др.

Применение. Препараты люцерны оказывают общеукрепляющее, мочегонное, ранозаживляющее, противовоспалительное действие. Настои и отвары люцерны рекомендуют ослабленным людям, используют при лечении артритов, артрозов, подагры, ревматизма, при интоксикации печени, иногда назначают при болезнях мочеполовой системы, при авитаминозах почти всех типов. Отвар надземной части люцерны назначают при нервных расстройствах, порошок из высушенных листьев используют наружно как ранозаживляющее и кровоостанавливающее средство.

Аналогичным действием обладает близкородственный вид — люцерна серповидная, отличающаяся лимонно-желтой окраской цветков и часто встречающаяся в диком виде.

ЛЯДВЕНЕЦ РОГАТЫЙ

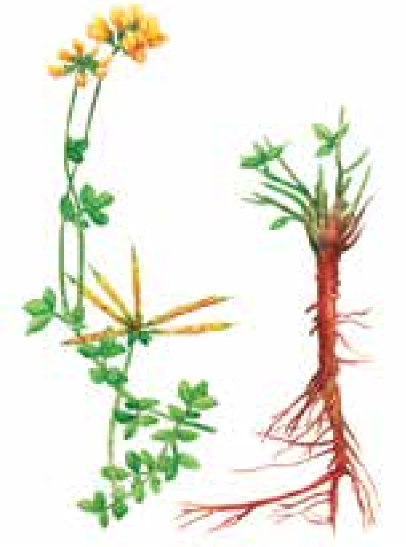
❖ *Lotus corniculatus L.*

Лядвенець рогатий, воршінка, ворішинка (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение. Корень стержневой, хорошо развитый. Стебли стелющиеся или приподнимающиеся, длиной 15—60 см. Листья сидячие, непарноперистые, с прилистниками; листочки обратнояйцевидные, мелкие. Цветки золотисто-желтые, зигоморфные, двусторонне-симметричные, длиной 10—15 мм, собраны по 2—6 в зонтиковидные рыхлые соцветия. Цветение — в мае—сентябре. Плод — цилиндрический боб длиной до 10—15 мм. В Украине и России лядвенец распространен повсеместно на лугах, склонах, пустырях, у дорог, является неотъемлемой частью лугового травостоя совместно с клевером красным, овсяницей луговой, полевицей обыкновенной и т. д.

С лечебной целью используют траву лядвенца, в которой содержатся флавоноиды, кумарины, каротиноиды, витамины, протеин, аминокислоты, дубильные вещества, сапонины. В цветках имеются флавоноиды корникулагин, кверцетагетин, кверцетин, кемпферол и другие.



Применение. В официальной медицине водный отвар надземной части лядвенца используют главным образом при простудных заболеваниях, катарах верхних дыхательных путей. Свежие и высушенные листья применяют наружно как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство. Разработана технология получения из лядвенца препаратов «Лакорин» и «Лотус», используемых как противовоспалительное и ранозаживляющее средства.

МАГНОЛИЯ КРУПНОЦВЕТКОВАЯ

❖ *Magnolia grandiflora L.*

Магнолія великоквіткова (*укр.*)

Семейство Магнолиевые — Magnoliaceae

Многолетнее вечнозеленое растение, дерево высотой до 30 м. Выращивается как высокодекоративная культура на Кавказе и в Крыму, в последние десятилетия выведены морозостойкие формы, и магнолия может расти вплоть до широты Киева.

Магнолия — дерево с широкораскидистой кроной. Кора стволов и ветвей светло-бурая. Листья короткочерешковые, неопадающие, очередные, кожистые, продолговатые; сверху — блестящие, темно-зеленые, снизу — коротко опушенные. Цветки очень крупные, диаметром до 25 см, белые, иногда с желтой или розовой окраской, одиночные, ароматные, расположены на концах ветвей. Цветение — с мая по сентябрь.

В медицинских целях используют листья магнолии. В них содержится эфирное масло, в состав которого входят цимол, цитраль, а также гликозиды и флавоноиды (рутин).

Применение. Жидкий экстракт, получаемый из листьев магнолии крупноцветковой, оказывает сосудорасширяющее действие, снижает артериальное давление. Применяют его при лечении гипертонической болезни в начальных стадиях.

В народной медицине настойку коры и плодов используют при лечении ревматизма, нарушений сердечной деятельности, а эфирное масло — наружно для укрепления волос.

МАЙНИК ДВУЛИСТНЫЙ

❖ *Majanthemum bifolium* (*L.*) *Fr. Schmidt*

Веснівка дволиста, заячі вушка (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое растение, внешне напоминающее миниатюрный ландыш. Корневище тонкое, ветвистое, горизонтально расположенное. Стебель прямостоячий, продольно-ребристый, высотой 8—20 см. На вегетативных побегах имеется один лист, на цветущих — два. Листья серд-

цевидно-яйцевидные, сближенные, черешковые, цельнокрайние, с заостренной верхушкой и выемкой при основании. Цветки на длинных цветоножках, мелкие (диаметром до 5 мм), колокольчатые, душистые, белые, четырехлепестковые, собраны в верхушечный продолговатый рыхлый колос. Цветение — в мае—июне. Плод — ярко-красная ягода. В Украине встречается на всей территории в хвойных и смешанных лесах, на вырубках, в России — в европейской части (кроме Нижнего Поволжья).

С лечебной целью используют надземную часть растения. В ней содержатся гликозиды сердечного действия, сапонины, органические кислоты, витамин С. Препараты майника двулистного оказывают мочегонное, жаропонижающее, болеутоляющее, кровоостанавливающее действие.

Применение. Водные отвары и настои травы майника используют при сердечных заболеваниях, нарушениях работы почек, простудных болезнях; свежие листья применяют наружно при абсцессах и ушибах. Имеются сведения об использовании отвара корневищ майника при носовых и маточных кровотечениях, нарушениях менструального цикла.

МАК СНОТВОРНЫЙ

❖ *Papaver somniferum L.*

Мак сндійний (*укр.*)

Семейство Маковые — Papaveraceae

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, веретеновидный. Стебель мощный, высотой до 1 м, прямостоячий, в верхней части разветвленный, иногда опушенный. Прикорневые листья крупные, короткочерешковые, надрезанно-лопастные, эллиптические, собраны в прикорневую розетку; стеблевые листья сидячие, стеблеобъемлющие, волнистые по краю, острозубчатые. Цветки крупные, диаметром до 12 см, четырехлепестковые, с темными пятнами у основания лепестков; расположены на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — шаровидная или булавовидная коробочка длиной до 6—7 см, диаметром до 3 см, открывается многочисленными отверстиями,

находящимися под верхушечной дисковидной крышечкой; семена многочисленные, очень мелкие, черные или черно-бурые.

В медицине применяют главным образом млечный сок растения. В нем содержится около 20 сильнодействующих алкалоидов, в том числе морфин, папаверин, кодеин, дионин.

Применение. Получаемые из мака снотворного препараты являются сильнодействующими наркотическими средствами, без которых, однако, современная медицина обойтись не может. Морфин и его производные используют как болеутоляющее средство, папаверин оказывает мощное спазмолитическое (расслабляющее) действие на гладкую мускулатуру внутренних органов, устраняет спазмы сосудов сердца, бронхов и т. п.

В народной медицине мак снотворный не применяется.

МАК-САМОСЕЙКА

❖ *Papaver rhoeas L.*

Мак дикий, мачок (*укр.*)

Семейство Маковые — Papaveraceae

Однолетнее травянистое растение. Корень тонкий, стержневой, неветвящийся. Стебель прямостоячий, одиночный, высотой 20—80 см, иногда ветвистый в верхней части. Листья очередные, непарноперистые с острозубчатыми долями, опушенные. Цветки одиночные, ярко-красные (редко — белые или фиолетовые), четырехлепестковые, с темным пятном у основания лепестков. Плод — округлая сухая коробочка с очень мелкими многочисленными семенами. Цветение — в мае—июне. Встречается почти на всей территории Украины, особенно часто в южных областях, в России — в Предкавказье, в южных регионах. Засоряет посевы зерновых культур, прежде всего озимых; пшеничные поля порой выглядят сплошным красным ковром. Часто растет в садах, лесополосах, у дорог.

С лечебной целью используют лепестки мака-самосейки, реже — коробочки. В них содержатся алкалоиды (до 0,05 %), камедь, слизи, аскорбиновая кислота, каротиноиды, антоцианы, соли железа, магния.

Применение. В народной медицине препараты мака-самосейки в виде отваров лепестков используют прежде всего при лечении кашля, бронхитов, ларингитов, трахеитов, реже — при бессоннице, тахикардии, расстройствах желудочно-кишечного тракта. Препараты мака-самосейки оказывают легкое снотворное, отхаркивающее, обволакивающее действие. Имеются сведения, что в странах, где мак-самосейка включен в национальные фармакопеи (например, в Японии), его препараты применяют при лечении онкологических заболеваний.

МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Rubus idaeus L.*

Малина звичайна (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее растение, кустарник. Корневая система состоит из многочисленных мочковатых корней и корневых отпрысков, расположенных на глубине до 40 см. Побеги прямостоячие, высотой 0,5—2 м, с двулетним циклом развития. В первый год жизни побеги закладывают цветочные почки, на второй год после цветения и плодоношения отмирают. Листья непарно перистосложные, сверху — темно-зеленые, снизу — беловойлочно опушенные. Цветки белые или кремовые, пятираздельные, собраны в пазушные малоцветковые кисти в основном в верхней части стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — сборная шаровидно-коническая многокостянка красного, иногда белого, желтого или розового цвета. Созревание плодов — в июле—августе, нередко встречаются ремонтантные (повторноцветущие) формы. В Украине в дикорастущем виде встречается в северных регионах, на Полесье, в Карпатах, в России — в лесной зоне, на Кавказе. Культивируется повсеместно, является одной из самых популярных ягодных садовых культур.

С лечебной целью используют зрелые плоды малины в свежем и высушенном виде. В них содержатся дубильные вещества, пектины, сахара (фруктоза — до 8 %, глюкоза — до 4 %, сахароза — до 7 %), органические кислоты (лимонная, яблочная, салициловая, капроно-

вая), витамины, фитостерин, минеральные соединения, слизи. Ягоды малины оказывают потогонное и противовоспалительное действие.

Применение. Как в официальной, так и в народной медицине малину издавна используют как потогонное и жаропонижающее средство при простудных заболеваниях. Малина входит в состав потогонных и витаминных сборов, широко используется в пищевой промышленности.

МАНЖЕТКА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Alchemilla vulgaris L.*

Приворотень звичайний, гусяча лапка, зірочник (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, горизонтально расположенное, толстое, с многочисленными тонкими корешками. Стебли стелющиеся или приподнимающиеся, опушенные, ветвистые. Прикорневые листья длинночерешковые, почковидные, густоопушенные, как правило, с девятью, реже одиннадцатью треугольными лопастями, узкозубчатыми по краю; с верхней стороны листья густо опушены, с нижней — опушение только по жилкам. Стеблевые листья мелкие, короткочерешковые. Цветки мелкие, диаметром до 4 мм, зеленоватые, четырехраздельные, в рыхлых щитковидно-метельчатых соцветиях. Цветение — в мае—июне. В Украине встречается рассеянно на всей территории; растет на лугах, лесных полянах и опушках, среди кустарников, на влажных склонах и т. д.; в России и Беларуси — повсеместно в умеренной зоне и в более северных регионах европейской части и Западной Сибири.

С лечебной целью используют надземную часть манжетки обыкновенной. В траве содержатся дубильные вещества (до 8 %), горечи, витамины, кумарины, пальмитиновая и стеариновая кислоты, а также неидентифицированные органические кислоты.

Применение. Водный настой травы манжетки принимают внутрь при желудочных коликах, энтероколите, диарее; наружно используют для промывания носа при рините (насморке), при носовых кровотечениях. Отвар манжетки применяют для ванн при кожных

сыпях, для спринцеваний при дисменорее. Молодые листья и побеги можно употреблять в пищу как витаминную зелень (содержание витамина С в них достигает 210 мг%).

Ботанические виды рода Манжетка трудноопределимы. Видимо, по этой причине в народной медицине применяют и другие виды манжеток — например, манжетку сверкающую.

МАРЕНА КРАСИЛЬНАЯ

❖ *Rubia tinctorum L.*

Марена красильна (*укр.*)

Семейство Мареновые — Rubiaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, длинное, горизонтальное, с разветвленными, внутри полыми, поверхностными, красными на изломе корнями. Стебель длинный, супротивно ветвистый, четырехгранный, покрытый, как и листья, жесткими колючими

волосками-щетинками, загнутыми назад. Листья широкие, ланцетовидные, у основания суженные в черешок, расположены на стеблях мутовчато по четыре-шесть штук. Цветки мелкие, актиноморфные, зеленовато-желтые, размещены в верхушечных и пазушных полузонтиках. Цветение — с апреля по август. Плод — сочная ягода черного цвета с двумя семенами. Стеблевые шипы выполняют роль зацепов, благодаря чему растение может цепляться за опоры. В Украине и России встречается в дикорастущем и одичавшем виде, в южных областях выращивается в культуре в специализированных хозяйствах. Растет на хорошо увлажненных почвах при достаточном освещении — среди кустарников, вблизи дорог, на железнодорожных насыпях.

С лечебной целью используют корневища с корнями, заготовленные осенью. В них содержатся антрахиноны (до 7 %) и их производные — рубиретриновая кислота, гализин, пурпурин, ксантопурпурин, псевдопурпурин; кроме того, имеются гликозиды (рубиадин, иберицин), органические кислоты, пектины. Препараты марены красильной оказывают мочегонное, желчегонное, спазмолитическое действие.

Применение. В официальной и народной медицине препараты марены используют при лечении мочекаменной и желчекаменной болезней. Настои корней марены обладают способностью растворять и выводить из мочевых путей минеральные соли (фосфаты, ураты и оксалаты). Кроме того, марену применяют при лечении запоров, артритов, подагры, в народной медицине растение используют также для профилактики и лечения атеросклероза.

Препараты марены красильной противопоказаны при язвенной болезни желудка и почечной недостаточности.

МАСЛИНА ЕВРОПЕЙСКАЯ, ОЛИВА

❖ *Olea europaea L.*

Маслина європейська, олива (*укр.*)

Семейство Маслинные — Oleaceae

Вечнозеленое древесное растение высотой до 10 м (в основном 5—6 м). Листья ланцетные, кожистые, супротивные, сверху — голые,

снизу — опушенные. Цветки мелкие, правильные, четырехраздельные, белые, душистые, собраны в пазушные кисти. Плоды — продолговатые костянки, по форме напоминающие сливы, с крупной косточкой, в фазе технической зрелости зеленые, а при полном созревании темно-фиолетовые. Плоды при созревании имеют горький вкус и только после специальной обработки становятся съедобными. Маслину европейскую выращивают в Крыму, где находятся и самые старые, пятисотлетние насаждения этого древнейшего растения. Промышленного значения эти посадки не имеют. В странах Средиземноморья маслина является одной из важнейших сельскохозяйственных культур.

В лечебных целях используют получаемое из плодов маслины растительное масло. Высшие сорта называются прованским маслом, низшие — деревянным маслом. По своим качествам оливковое масло не уступает миндальному.

Применение. Оливковое масло является основой для приготовления наружно применяемых лекарственных препаратов (мазей), его используют также в качестве растворителя жирофильных препаратов (например, камфоры, некоторых гормонов и витаминов). Масло принимают внутрь как слабительное средство, а также при болях в животе, при отравлениях. Наружно масло используют при лечении некоторых кожных заболеваний, при укусах ядовитых насекомых и клещей.

МАТЬ-И-МАЧЕХА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Tussilago farfara L.*

Мати-й-мачуха, підбіл звичайний (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, ветвистое, ползучее. Цветоносные стебли — высотой до 25 см, восходящие, с многочисленными мелкими редуцированными чешуевидными красноватыми листьями. Прикорневые листья крупные, длинночерешковые, округло-яйцевидные, неравномерно-зубчатые;

сверху — темно-зеленые, кожистые, снизу — беловойлочно опушенные; развиваются после цветения. Цветки желтые, трубчатые и язычковые, собраны в корзинки на верхушках цветоносных стеблей. Цветение — в апреле — мае. Плод — ребристая продолговатая семянка. В Украине и России мать-и-мачеха распространена повсеместно в балках, оврагах, на рано прогреваемых склонах, по берегам водоемов; предпочитает увлажненные глинистые почвы.

С лечебной целью используют прикорневые листья, собираемые в первой половине лета. В них содержатся сапонины, слизи, каротиноиды, органические кислоты (яблочная, винная, галловая, аскорбиновая), полисахариды инулин и декстрин, дубильные вещества, минеральные соединения, горький гликозид туссилагин. Растение оказывает отхаркивающее, противовоспалительное и антисептическое действие.

Применение. Препараты мать-и-мачехи в виде отваров и настоев используют при лечении заболеваний верхних дыхательных путей, острого и хронического ларингита, бронхита, бронхиальной астмы, силикоза, бронхоэктатической болезни, ангины; наружно применяют в виде компрессов для лечения нарывов, ожогов, гнойничковых заболеваний кожи. В странах Европы препараты растения используют при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта.

МЕДУНИЦА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

СИНОНИМЫ: ЛЕГОЧНАЯ ТРАВА, ЛЕГОЧНИЦА

❖ *Pulmonaria officinalis L.*

Медунка лікарська (*укр.*)

Семейство Бурачниковые — Boraginaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, горизонтально расположенное, бурое. Стебель — высотой до 30 см, слегка ребристый, дуговидно изогнутый. Прикорневые листья яйцевидные, у основания суженные в крылатый черешок, развиваются после цветения. Стеблевые листья очередные, короткочерешковые

или сидячие, продолговато-яйцевидные, суженные к основанию. Все растение покрыто жесткими отстоящими волосками. Цветки правильные, с трубчато-воронковидным венчиком, пятираздельные, в начале цветения розовые, позже — темнеющие до фиолетового и синего цвета, собраны в верхушечные малоцветковые соцветия — завитки. Цветение — в апреле — мае (медуница — одно из растений-первоцветов). Плод состоит из четырех распадающихся при созревании заостренных на верхушке орешков.

В Украине встречается повсеместно, в России — в европейской части, на Кавказе, в степной зоне — реже, растет в широколиственных и смешанных лесах, на опушках и полянах, среди кустарников.

С лечебной целью используют надземную часть растения. В траве медуницы содержатся каротин, аскорбиновая кислота, дубильные вещества, слизи, рутин. Наибольшую ценность представляет комплекс минеральных соединений меди, марганца, железа, ванадия, никеля, серебра, стронция, который активно влияет на процесс кроветворения в организме человека.

Применение. В официальной медицине медуницу используют при кровотечениях, геморрагическом диатезе, геморрое, малокровии, носовых кровотечениях, катарах желудка и кишечника, диарее. Все части растения, в том числе корни, в виде настоя применяют наружно для компрессов и обмываний при лечении гнойных ран, нарывов и т. п.; принимают внутрь при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и болезнях дыхательных путей.

Аналогичным действием обладают медуница узколистная и медуница темная, также применяющиеся в народной медицине.

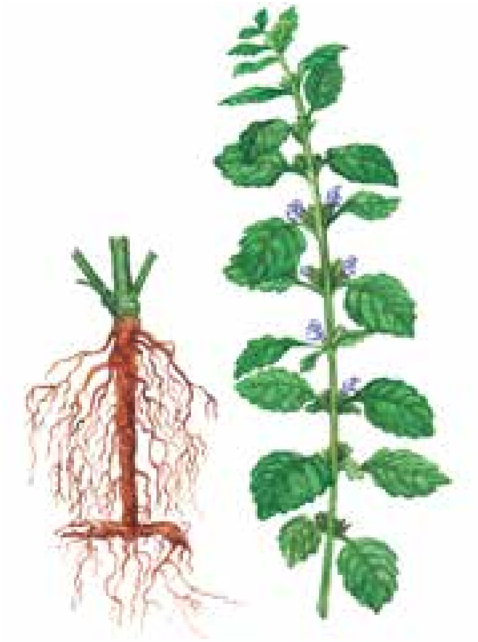
МЕЛИССА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Melissa officinalis L.*

Меліса лікарська, маточник, медівник (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) — ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище поверхностное, горизонтально расположенное, мало разветвленное. Стебли прямостоячие или приподнимающиеся, четырехгранные, высотой 0,6—1 м, разветвленные в верхней части. Листья супротивные, яйцевидные, черешковые, по краю городчатые, реже — пильчатые, сверху зеленые, снизу — более светлые, опушенные. Цветки мелкие, зигоморфные, двугубые, белые или розовые, на коротких цветоножках, расположены в пазухах верхних листьев в мутовчатых соцветиях. Цветение — в июне—сентябре. Плод — четырехорешек. Все растение имеет



выраженный цитрусовый аромат, схожий с запахом лимона. В Украине встречается повсеместно в диком, одичавшем и культурном виде; часто выращивается как пряновкусовое, лекарственное и ароматическое растение; в России выращивается в южных регионах европейской части, на Кавказе, в Средней Азии.

С лечебной целью используют траву, заготовленную во время цветения. В ней содержится эфирное масло (0,3 %), в состав которого входят цитраль, цитронеллаль, гераниол, мирцен, а также дубильные вещества, урсоловая и кофейная кислоты, горечи, смолы, витамины и др. Растение оказывает анальгетическое, седативное, противовоспалительное и спазмолитическое действие.

Применение. В официальной медицине препараты мелиссы используют при лечении гипертонической болезни в начальных стадиях, неврастении, хронического гастрита, холецистита.

В народной медицине мелиссу применяют более широко — в виде отваров и настоев, а также спиртовой настойки и масла при болях в желудке, головных болях и головокружениях, при обмороках и истерии, как регулирующее менструальный цикл, метаболизм (обмен веществ) и потогонное средство; в составе ароматических успокаивающих ванн.

МИНДАЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Amygdalus communis L.*

Мигдаль звичайний (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Листопадное дерево высотой до 8—10 м. Молодые побеги покрыты гладкой красно-коричневой корой, на старых ветвях и стволах кора серо-бурая, темная. Листья очередные, черешковые, голые, ланцетные или удлиненно-эллиптические, расположены пучками на укороченных побегах. Цветки правильные, одиночные, белые или розовые, пятираздельные, распускаются раньше листьев. Цветение — в феврале — апреле. Плод — костянка яйцевидной формы, косточка односемянная, крупная, деревянистая, с многочисленными точечными углублениями; околоплодник кожистый, зеленый,

покрытый волосками. Культивируется с древнейших времен, сорта подразделяются на две группы — сладкий и горький миндаль. Возделывается в Крыму, где расположены промышленные насаждения.

С лечебной целью используют масло, получаемое из аллодов (семян) миндаля. Горькие сорта обладают значительным терапевтическим эффектом. В семенах миндаля, кроме жирного масла (до 70 %), содержатся гликозиды (амигдалин), гематин, витамин B_2, обширный комплекс белковых веществ, включающий в себя все известные растительные аминокислоты.

Применение. Препараты миндаля (эмульсия, горькоминдальная вода) используют при болях в желудке и кишечнике. Миндальное масло назначают внутрь как мягкодействующее слабительное и наружно — для смягчения кожи. В фармацевтической промышленности миндальное масло применяют как основу для приготовления мазей и эмульсий. Масло и жмых семян широко используют в косметической промышленности.

В народной медицине миндаль применяют при лечении гастритов, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. Скорлупа орехов служит сырьем для изготовления прессованного активированного угля.

Растение может быть ядовитым, при неумеренном употреблении возможны отравления амигдалином, способным в результате химических превращений выделять синильную кислоту.

МОЖЖЕВЕЛЬНИК КАЗАЦКИЙ

❖ *Juniperus Sabina L.*

Яловець козачий (*укр.*)

Семейство Кипарисовые — Cupressaceae

Многолетнее хвойное растение, стелющийся кустарник или (редко) дерево высотой до 4 м, с косо направленным стволом. Ветви у сланцевых форм всегда расположены косо или почти параллельно поверхности почвы. Кора молодых, невыраженно четырехгранных побегов зеленая, у более старых ветвей — серо-бурая, чешуйчато отслаивающаяся. Хвоя синевато-зеленая, мягкая, чешуевидная (плоская), с четко выраженной срединной жилкой. Характерным

признаком вида является сильный запах, издаваемый хвоей и побегами при растирании. Шишкоягоды мелкие, до 5—7 мм, созревают осенью второго года после цветения. Встречается в диком виде в горах Крыма и Карпат на верхней границе леса, в Беларуси и России — повсеместно; одно из самых популярных декоративных растений в садово-парковом дизайне и городском озеленении.

С лечебной целью используют молодые (одногодичные) побеги с хвоей. В них содержатся ядовитое сабиновое масло, спирт сабинол, дубильные вещества, гликозиды и др.

Применение. Препараты можжевельника казацкого в виде отваров и настоев используют только наружно. Отвар веточек считается лучшим средством при лечении трихомонадного кольпита; его применяют также в виде компрессов и примочек при кожных заболеваниях, чесотке, сыпях, фурункулезе, онкологических болезнях кожи, лучевых поражениях. Порошок из высушенной хвои применяют при лечении гнойных ран. Спиртовой настойкой зрелых шишкоягод выводят бородавки.

Растение сильно ядовито и для внутреннего применения не используется.

МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Juniperus communis L.*

Яловець звичайний, ялівець, боровиця (*укр.*)

Семейство Кипарисовые — Cupressaceae

Вечнозеленое хвойное растение, кустарник или небольшое дерево высотой до 3 м. Кора ветвей и стволов серо-бурая, растрескивающаяся. Нижние ветви восходящие или направлены в стороны; верхние ветви прямостоячие. Хвоя расположена мутовками по три хвоинки в каждой; хвоинки острые, жесткие, колючие. Растение двудомное, редко — однодомное. Мужские соцветия сидячие, желтые, женские шишки продолговато-яйцевидные, вначале зеленые, а после оплодотворения — сине-черные с восковым налетом. Цветение — в мае, созревание шишкоягод — осенью следующего года. На территории Украины, Беларуси и России встречается повсеместно

в хвойных лесах, на опушках и полянах, в зарослях кустарников, в западных и северных областях иногда образует сплошные массивы. Подвергается хищническому истреблению ради ценной поделочной древесины, нуждается в охране.

С лечебной целью используют зрелые шишкоягоды можжевельника, заготовляемые осенью. В них содержится до 2 % эфирного масла, в состав которого входят пинен, борнеол, камфен и другие терпеноиды, а также инвертный сахар, муравьиная, уксусная, яблочная и другие кислоты, пектины, гликозиды, пигменты, минеральные соединения. Можжевельник оказывает мочегонное, бактерицидное, противовоспалительное и отхаркивающее действие.

Применение. Шишкоягоды можжевельника (*Fructus seu bassae Juniperi*) в официальной медицине используют в виде настоя как мочегонное, отхаркивающее и улучшающее аппетит средство.

В народной медицине шишкоягоды можжевельника применяют при болезнях печени, мочевого пузыря, почечнокаменной болезни. Сырые ягоды и отвар корней используют при лечении язвы желудка. Эфирное масло можжевельника применяют наружно при кожных заболеваниях, чесотке. Используют можжевельник в косметической, пищевой и консервной промышленности.

Препараты можжевельника противопоказаны при воспалительных заболеваниях почек.

МОЛОДИЛО ОБЫКНОВЕННОЕ, ИЛИ ОТПРЫСКОВОЕ

❖ *Sempervivum soboliferum Sims*

Молодило паросткове (*укр.*)

Семейство Толстянковые — Crassulaceae

Многолетнее или двулетнее суккулентное растение. Корневая система мочковатая с тонкими многочисленными корешками, занимающими очень незначительный объем почвы. Стебель сильно укороченный, мясистые толстые листья собраны в плотную розетку в форме цветка. Листья продолговато-клиновидные, голые, зеле-

ные, иногда розовые, кожистые, зимующие. Цветоносные стебли — высотой 10—20 см, с чешуевидными, мелкими, очередными, густо расположенными листьями. Соцветие щитковидное, образуется во второй год жизни; состоит из многочисленных зеленоватых или желтоватых цветков колокольчатого типа с направленными вверх шестью лепестками. После цветения растение отмирает, образуя на корневых отпрысках многочисленные дочерние листовые розеточки. В растительном мире молодило является одним из лидеров по жизнестойкости в экстремальных условиях. В Украине в дикорастущем виде встречается в Полесье, в Беларуси — повсеместно, в России — в умеренной зоне европейской части; в культуре — одно из самых популярных декоративных растений в рокариях, на клумбах и альпийских горках.

С лечебной целью используют свежие листья молодила, богатые органическими кислотами, прежде всего яблочной.

Применение. В народной медицине листья в смеси с медом или сахаром рекомендуют употреблять в пищу при сердечной недо-

статочности. Мазь из толченых листьев со свиным жиром применяют наружно при лечении гнойных ран, язв, фурункулов.

МОЛОЧАЙ-СОЛНЦЕГЛЯД

❖ *Euphorbia helioscopioides* (*Eoscos*) *Pardo*

Молочай-сонцегляд (*укр.*)

Семейство Молочайные — Euphorbiaceae

Однолетнее травянистое растение (в отличие от большинства других видов молочаев, имеющих многолетний цикл развития). Корень стержневой, веретеновидный, глубоко проникающий в почву. Стебель (чаще несколько) прямостоячий, иногда разветвленный у основания, высотой до 50 см, голый или рассеянно опушенный в верхней части. Листья очередные, короткочерешковые, лопатчатые или обратнояйцевидные, длиной до 3 см, шириной около 1 см; нижние листья рано отмирают. Соцветие сложное, зонтиковидное, с пятью основными лучами (лучи первого порядка), которые, в свою очередь, разветвляются; конечное соцветие похоже на цветок, но на самом деле состоит из одного пестика и окружающих его тычиночных цветков, снабженных одним общим плоским дисковидным покрывалом. Все растение — желто-зеленого цвета. Цветение — в июне—августе. Плод — трехгнездная, уплощенная сверху коробочка с яйцевидными сетчато-ямчатыми семенами. Во всех частях растения содержится белый млечный сок. В Украине встречается повсеместно на полях, залежных землях, на пустырях, в оврагах, у дорог и т. д.; в России — в европейской части, на Кавказе, в Западной Сибири; в Беларуси — повсеместно.

В корнях молочая содержатся смолы, в млечном соке — эуфорбон, стероиды, в траве — сахара (мальтоза, глюкоза, фруктоза), янтарная кислота, флавоноиды, терпеноиды и др.

Аналогичными свойствами обладают молочай глянцевитый (*Euphorbia lucida W.et K.*), молочай болотный (*E. palustris L.*), другие виды многолетних молочаев.

Применение. В связи с высокой токсичностью молочай-солнцегляд используют в народной медицине редко и в основном наружно.

Млечный сок применяют для выведения бородавок, отвар травы — для примочек при кожных заболеваниях, фурункулах.

Растение ядовито.

МОМОРДИКА КОХИНХИНСКАЯ

❖ *Momordica cochinchinensis* (*Lour.*) *Spreng.*

Момордика (*укр.*)

Семейство Тыквенные — Cucurbitaceae

Ботанические виды рода Момордика появились в Украине сравнительно недавно и выращиваются главным образом в частных собраниях садоводов и огородников как экзотические, декоративные и лекарственные растения.

Однолетнее травянистое растение. Стебель ребристый, опушенный, вьющийся, цепляющийся за опоры. Листья крупные, опушенные, трехраздельные, очередные. Цветки простые, пятираздельные, актиноморфные, желтые, форма цветков варьирует. Плоды имеют форму лимона, оранжевые, бугристые, бородавчатые, длиной до 10—12 см. Внутри плодов в ярко-красной, очень липкой слизи находятся крупные семена с неприятным запахом, имеющие форму панциря черепахи, округлые.

Момордика очень широко применяется в народной медицине Вьетнама и Китая, а в европейских странах находится в стадии изучения.

В лечебных целях используют семена и слизь, в которой они заключены. В слизи очень высокое содержание каротина (до 3000 мг%), из нее получают высоковитаминное масло. В семенах содержится жирное масло, в состав которого входят каротин, ликопин, горький гликозид момордицин, сапотоксины. В корнях обнаружены сапонины, олеаноловая кислота и ее производные.

Применение. В восточной медицине масло момордики широко используют при лечении ожогов, ран и язв, для повышения иммунитета, профилактики рахита, а также в офтальмологии. Семена оказывают противолихорадочное, антисептическое, противовоспалительное действие, их препараты используют при лечении язвы желудка, как мочегонное средство. Листья момордики в свежем

измельченном виде применяют для компрессов и примочек при лечении кожных заболеваний, при укусах ядовитых насекомых и змей. Препараты корня (отвар) используют как отхаркивающее средство при бронхитах.

МОРДОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Echinops ritro L.*

Головатень звичайний, будяк білий (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корень стержневой, мясистый, мало разветвленный, глубоко проникающий в почву. Стебель один или несколько, простой или разветвленный в верхней части, беловойлочно-опушенный, высотой до 80 см. Листья очередные, сверху тускло-зеленые, снизу беловатые от войлочного опушения, двоякоперисторассеченные или глубоко-перистораз-

дельные; доли линейно-ланцетные, заостренные, колючие; нижние листья черешковые, стеблевые — стеблеобъемлющие. Цветки синие, мелкие, каждый в отдельной оберточке из черепитчатых мелких листочков; собраны в шаровидные соцветия диаметром до 4 см на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — цилиндрическая семянка с хохолком, плодоношение — в июле—августе. На территории Украины встречается в Степи и Южной Лесостепи, в Крыму (степные предгорные районы); в России — только в южных регионах, Предкавказье; в Беларуси — очень редко. Растет на склонах, каменистых и меловых геологических обнажениях, достаточно сухих песчаных почвах, среди кустарников. Растение довольно редкое, нуждается в охране. Выращивается в культуре в специализированных хозяйствах.

Встречающийся в Украине близкородственный вид — мордовник круглоголовый, или шароголовый, — отличается большей высотой (до 1,5 м) и более крупными (до 6 см) соцветиями. По свойствам аналогичен мордовнику обыкновенному.

С лечебной целью используют семянки мордовника. В них содержатся алкалоиды эхинотопсин и эхинопсеин, жирное масло.

Применение. Из семян мордовника получают препарат «Эхинотопсин», по свойствам близкий к стрихнину. Его используют в медицинской практике как средство, возбуждающее нервную систему; в малых дозах способен повышать артериальное давление, в больших — способствует его понижению; применяют также при лечении гипотонии, параличей, парезов, радикулитов, миопатии и др.

Растение ядовито.

МОРКОВЬ ДИКАЯ

❖ *Daucus carota L.*

Морква дика (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) — ***Apiaceae*** (***Umbelliferae***)

Двулетнее травянистое растение. Корень веретеновидный, длинный, стержневой, тонкий, светлоокрашенный. В первый год жизни развивается только прикорневая розетка листьев. Цветоносный стебель, образующийся на втором году жизни, достигает высоты 1 м и более, продольно-бороздчатый, полый, ветвистый в верхней части, шерстисто-опушенный. Нижние листья длинночерешковые, верхние — сидячие, дважды или трижды перисторассеченные на яйцевидные или продолговато-ланцетные дольки. Соцветия — сложные зонтики с 10—15 опушенными лучами первого порядка; зонтики второго порядка — многоцветковые с оберточками из множественных шиловидных редуцированных листочков. Цветки — с белыми, желтоватыми или розоватыми лепестками, в центре зонтика имеется один цветок пурпурного цвета. Цветение — в июне—июле, плоды — двусемянки с длинными шипиками. Встречается на всей территории Украины, России и Беларуси по краям полей, на склонах и пустырях, среди кустарников, на сухих лугах.

С лечебной целью в официальной медицине используют семена дикой моркови, а в народной — все части растения.

В моркови дикой содержатся эфирное (до 7,5 %) и жирное масла, флавоноиды.

Применение. Препараты из семян растения используют при лечении почечнокаменной болезни, как желчегонное средство (в этом случае применяют спиртовую вытяжку), при спазмах сосудов сердца.

В народной медицине все части растения в виде отваров используют при заболеваниях печени, желтухе; отвар листьев принимают внутрь при болезнях почек и печени; отвар корней — при диатезе и экземах.

МОРКОВЬ ПОСЕВНАЯ

❖ *Daucus sativus* (*Hoffm.*) *Roch*

Морква городня, морква посівна (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Широко распространенная, общеизвестная овощная корнеплодная культура. Растение двулетнее, возделывается для получения сочных корнеплодов, имеющих различную окраску — от светло-желтой до оранжевой и красной. В лечебных целях используют корнеплоды и семена моркови посевной.

Применение. Корнеплоды моркови являются основным сырьем для получения каротина, в них также содержатся витамины Е, К, РР, С, группы В, минеральные соединения (прежде всего — соли калия). Морковный сок является витаминным, общеукрепляющим и диетическим средством, используется в косметической промышленности и входит в состав детского питания. Масляный раствор каротина применяют в виде примочек и компрессов при лечении кожных заболеваний воспалительного характера, экземах. Эфирное масло моркови и экстракт корней используют при лечении мочекаменной болезни, а также как мягкодействующее слабительное и противоглистное средство. Из семян получают препарат «Даукарин», который применяют при лечении стенокардии, атеросклероза, сердечной недостаточности.

В народной медицине иногда используют порошок из семян моркови — как средство, улучшающее работу желудочно-кишечного тракта.

МОРОЗНИК КРАСНОВАТЫЙ

❖ *Helleborus purpurascens Waldst et Kit.*

Чемерник червонуватий (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище многоглавое, толстое (до 10 мм), узловатое, горизонтально расположенное. Прикорневые листья длинночерешковые, пяти-семипальчаторассеченные, с двоякопильчатыми сегментами по краю, иногда рассеченными на ланцетовидные доли. Цветоносные стебли безлистные, высотой до 20—30 см, в верхней части слаборазветвленные. Цветки пятираз-

дельные, крупные, диаметром до 5 см, грязно-белые с желтизной внутри и красновато-пурпурные снаружи; окраска может варьировать; собраны по два-три в пазухах обесцвеченных красноватых прилистников на верхушках стеблей. Цветение — в конце зимы — марте. Плод — сборная кожистая листовка. В Украине морозник встречается в Прикарпатье и Карпатах в грабовых, буковых лесах, в дубравах, среди кустарников на склонах, в России — в горных и предгорных районах Кавказа. Выращивается как декоративное садовое раноцветущее растение.

Применение. С лечебной целью используют корневища с корнями, заготовляемые осенью, реже — листья морозника. В корнях содержатся сильнодействующие сердечные гликозиды, применяемые при лечении сердечной недостаточности.

МУХОМОР КРАСНЫЙ

❖ *Amanita muscaria* (*Fr.*) *Hook.*

Мухомор червоний, моримуха (*укр.*)

Семейство Мухоморовые — Amanitaceae

Один из наиболее известных и узнаваемых крупных ядовитых грибов. Плодовое тело состоит из высокой, до 20 см, булавовидной ножки, вздутой у основания, и крупной, диаметром до 20 см, шляпки. Шляпка молодого гриба полусферическая, позже почти плоская; покрыта ярко-красной или оранжевой кожицей с многочисленными белыми или желтоватыми точечными бородавками, иногда исчезающими после обильных дождей. Мякоть гриба белая, пластинки также белые, широкие, свободные. Часто встречается в северных и западных областях Украины, в хвойных и смешанных лесах, а также в Беларуси и России.

В плодовых телах мухомора красного содержатся ядовитые вещества маскаруфин (производное полипоровой кислоты) и микоатропин, обладающие антибиотическими и противоопухолевыми свойствами.

Применение. Гриб используют в гомеопатии в микродозировках в форме препарата «Agaricus muscarius», применяют при ле-

чении спазмов сосудов, эпилепсии, функциональных нарушений спинного мозга. Имеются сведения, что в XVII—XVIII вв. спиртовые и водные вытяжки мухомора использовали наружно при лечении ревматизма.

Гриб ядовит.

МЫЛЬНЯНКА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Saponaria officinalis L.*

Мильнянка лікарська, собаче мило (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Caryophyllaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, ветвистое, узловатое, красно-бурое, в каждом узле находятся по две супротивно расположенных почки и многочисленные темноокрашенные тонкие корни. Стебель прямостоячий, округлый, иногда разветвленный в верхней части, опушенный, высотой до 60 см. Листья, как у всех гвоздичных, супротивные, удлиненно-эллиптические, с тремя жилками, короткочерешковые, суженные к основанию, по краю жесткореснитчатые. Цветки актиноморфные, крупные, пятилепестковые, белые или нежно-розовые, собраны на верхушках стеблей в крупное рыхлое щитковидно-метельчатое соцветие.

Цветение — в июне—августе. Плод — четырехзубчатая коробочка с многочисленными мелкими почковидными семенами. На территории Украины и России встречается повсеместно, кроме южных сухих полынных степей; растет на приречных песчаных участках, бросовых землях, свалках и пустырях, обочинах дорог. Иногда, размножаясь вегетативно (корневищами), образует небольшие куртины. Выращивается как декоративная культура.

С лечебной целью используют корневища растения («красный мыльный корень»), в которых содержится до 10 % сапонинов.

Применение. С давних времен мыльнянку используют в народной медицине как эффективное отхаркивающее средство, реже — как слабительное. Наружно отвар корневищ применяют в виде ванн при кожных заболеваниях (экземах, дерматитах, фурункулезах).

МЫТНИК БОЛОТНЫЙ

❖ *Pedicularis palustris L.*

Гнидник, вошниця (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, короткое, слабоветвистое, с немногочисленными корнями. Стебель — высотой до 90 см, красноватый, сильноветвистый от основания, очень редко — неветвящийся. Листья очередные, перисто-рассеченные на ланцетные дольки; нижние листья короткочерешковые, верхние — сидячие. Цветки двугубые, зигоморфные, фиолетово-розовые, одиночные в пазухах верхушечных прицветников, собраны в короткие облиственные кисти на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — заостренно-яйцевидная изогнутая коробочка

с косо срезанной верхушкой. В Украине и России встречается в достаточно увлажненных районах, на болотах, сырых лугах и т. д.

В лечебных целях используют корни и траву мытника болотного, в которых содержатся ядовитый гликозид аукубин, комплекс алкалоидов.

Применение. В народной медицине мытник болотный используют главным образом наружно — в виде отваров и настоев для уничтожения насекомых-паразитов (вшей и гнид). Настой травы применяют при маточных кровотечениях, обильных менструациях, в некоторых случаях — как мочегонное средство.

Растение ядовито.

МЯТА ПЕРЕЧНАЯ

❖ *Mentha piperita L.*

М’ята перцева, м’ята холодна (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение гибридного происхождения, крайне редко образующее семена. Корневище ползучее, ветвистое, узловатое, с многочисленными корневыми отпрысками, расположенными в верхнем слое почвы или на ее поверхности; от узлов корневища отходят тонкие придаточные корни.

Стебли многочисленные, супротивно-ветвистые, четырехгранные, темно-фиолетовые или зеленые, опушенные. Листья супротивные, сверху темно-зеленые, снизу светлее; черешковые, длиной до 6—7 см, яйцевидные или продолговатые, с заостренной верхушкой и пильчатым краем. Цветки мелкие, фиолетовые или сиреневые, с трубчатой чашечкой и четырехлепестным венчиком, расположены на верхушках стеблей в колосовидных соцветиях длиной до 5 см. Цветение — в июне—июле. Плоды — орешки, образуются очень редко, растение размножается преимущественно вегетативным путем. В диком виде не встречается, выращивается в культуре в специализированных хозяйствах, одно из самых популярных растений на приусадебных участках. Нередко встречается в при-

роде в одичавшем виде, растет на хорошо увлажненных участках, по берегам рек.

С лечебной целью используют листья мяты перечной. Наивысшее содержание биологически активных веществ в них — в начале цветения. В листьях содержится до 2,7 % эфирного масла, в состав которого входят ментол и ментон, кроме того, имеются урсоловая и олеановая кислоты, горечи, дубильные вещества, соединения меди, марганца, стронция и др.

Применение. Препараты мяты оказывают спазмолитическое, желчегонное, антисептическое и противовоспалительное действие. В виде настоев и настоек их назначают внутрь при невралгиях, зубной боли, наружно — как антисептическое средство. Мята входит в состав валидола, корвалола, валокордина и других лекарственных средств, применяемых при спазмах гладкой мускулатуры внутренних органов и коронарных сосудов.

В народной медицине отвар листьев и травы используют при болях в животе, поносе, кашле, сердечных болях, изжоге, тошноте. Широко применяют мяту в косметической, парфюмерной, пищевой и ликеро-водочной промышленности, при производстве лекарственных препаратов, зубных паст и т. д.

НАПЕРСТЯНКА КРУПНОЦВЕТКОВАЯ (ОБЫКНОВЕННАЯ)

❖ *Digitalis grandiflora Mill.*

Наперстянка великоквіткова (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище горизонтальное, толстое, короткое, со шнуровидными корнями. Стебель (или несколько стеблей) прямостоячий, высотой до 1 м, неветвистый, внизу голый, в верхней части опушенный. Листья цельные, ланцетные или продолговато-ланцетные, сверху зеленые и сероватые снизу, слегка опушенные, по краю неравнопильчатые. Нижние листья короткочерешковые, с крылатыми черешками; верхние — меньшего размера, сидячие, стеблеобъемлющие. Цветки крупные, длиной до 4 см,

поникающие, железисто-волосистые; венчик неправильный, колокольчатый, напоминающий по форме наперсток, бледно-желтый, с пурпурными жилками на лепестках. На верхушках стеблей цветки собраны в многоцветковую несимметричную (одностороннюю) кисть. Цветет наперстянка в июне—июле, плод — двухгнездная опушенная коробочка.

На территории Украины наперстянка крупноцветковая встречается в Полесье и в Северной Лесостепи, в Карпатах и Прикарпатье, в Беларуси — повсеместно, но редко, в России — в европейской части, Западной Сибири, предгорных районах Кавказа. Растет в светлых лесах, на лесных опушках и полянах, в изреженных кустарниках. Культивируется в больших количествах в специализированных хозяйствах, а также выращивается в садах и коллекциях как декоративное растение.

С лечебной целью используют листья наперстянки. Основной терапевтический эффект оказывают содержащиеся в наперстянке гликозиды сердечного действия (дигитоксин, гитамин, бигитамин и др.), сапонины, флавоноиды и др.

Применение. Препараты наперстянки в виде таблеток, порошков, настоек и настоев используют в медицинской практике при лечении болезней сердца — различных пороков, острой и хронической сердечной недостаточности и др.

Растение ядовито.

НАПЕРСТЯНКА ПУРПУРНАЯ

❖ *Digitalis purpurea L.*

Наперстянка пурпурова, наперсточна трава (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Двулетнее, в благоприятных условиях — иногда однолетнее растение. Корневая система мочковатая. Стебель прямостоячий, высотой 0,6—1,2 м, неветвистый, продольно-бороздчатый, с сероватым опушением. Прикорневые листья розеточные, продолговато-яйцевидные, крупные, длиной до 20 см, шириной до 10 см, городчатые по краю, на длинных крылатых черешках. Стеблевые листья меньше по раз-

мерам, сидячие, стеблеобъемлющие, сверху темно-зеленые, снизу серовато-зеленые, густоопушенные. Цветки крупные, длиной до 4—5 см, пурпурного, иногда белого цвета, трубчато-колокольчатые, в односторонней многоцветковой верхушечной кисти. Цветение — в июне—июле. Плод — двустворчатая яйцевидная коробочка с очень мелкими коричневыми, с морщинистой поверхностью семенами. В Украине в дикорастущем виде почти не встречается, культивируется в специализированных хозяйствах лесостепной зоны.

В лечебных целях используют листья наперстянки пурпурной. В них содержится комплекс гликозидов, широко применяемых при нарушениях кровообращения, гипертонической болезни, мерцательной аритмии и др. К числу таких гликозидов относятся дигитоксин, гитоксин, дигоксин, дигинин и дигикорин.

Применение. Из листьев наперстянки готовят множество препаратов — водные настои, спиртовые настойки, порошки и т. д. Однако препараты наперстянки обладают кумулятивными свойствами, способны накапливаться в организме, и их применение допустимо только под контролем врача.

Кроме наперстянки пурпурной известно еще 34 представителя этого ботанического рода, и некоторые из них также применяют

в народной медицине (наперстянка шерстистая, наперстянка ржавая, наперстянка реснитчатая).

Растение ядовито.

НАСТУРЦИЯ БОЛЬШАЯ

❖ *Tropaeolum major L.*

Красоля велика, капуцин (*укр.*)

Семейство Настурциевые — Tropaeolaceae

Многолетнее травянистое растение, выращиваемое как однолетник. Стебель ветвистый, ползучий или слегка вьющийся, длиной до 2 м (обычно 30—60 см). Листья очередные, длинночерешковые, округлые, цельнокрайние, зеленые, с радиально расположенными жилками. Листовые пластинки прикреплены к черешку не краем, как у большинства растений, а посредине. Цветки одиночные, крупные, на длинных цветоножках, пятилепестковые, неправильные. Чашечка цветка пятираздельная, красноватая, со шпорой; лепестки венчика окрашены в оранжевый, желтый или красный цвет, часто с контрастными радиальными полосками. Цветение — в июле—августе. Плод трехдольный, с мясистым морщинистым околоплодником, при созревании распадается на три односемянных плодика.

Будучи интродуцированной (ввезенной) из Южной Америки, настурция в Украине в дикорастущем виде не встречается, но является одним из самых распространенных и неприхотливых декоративно-цветочных растений, выращивается на всей территории. Незрелые плоды настурции употребляют в пищу как пряновкусовую добавку, заменяющую каперсы (почки каперсового куста).

С лечебной целью используют надземную часть растения и семена. В траве настурции содержатся гликозид гликотропеолин, малоизученный высокоэффективный быстрораспадающийся антибиотик, следы алкалоидов, дубильные вещества и др.

Применение. Настурцию используют только в народной медицине. Незрелые плоды употребляют как витаминное средство, отвар надземной части принимают внутрь при мочекаменной болез-

ни, стенокардии, при лечении анемии и бронхита. Наружно свежий сок растения применяют для укрепления волос.

НЕЗАБУДКА ПОЛЕВАЯ

❖ *Myosotis arvensis L.*

Незабудка польова (*укр.*)

Семейство Бурачниковые — Boraginaceae

Двулетнее, иногда многолетнее травянистое растение. Корневая система мочковатая. Стебель высотой 15—70 см, прямостоячий или восходящий, тонкий, опушенный. Прикорневые листья розеточные, продолговато-эллиптические, суженные у основания в черешок; стеблевые листья очередные, сидячие, цельнокрайние, ланцетные. На верхушках стеблей и отрастающих из пазух верхних листьев цветоносных побегов расположены соцветия — завитки с множественными цветками. Цветки двуполые, актиноморфные,

мелкие, венчик голубой, пятираздельный, спайнолепестный. Цветение — в мае—июне. Плод — сухой четырехорешек. На территории Украины и России встречается повсеместно на хорошо увлажненных почвах в лесах, среди кустарников, по краям полей. Выращивается как декоративное растение.

С лечебной целью используют траву незабудки. Химический состав растения не изучен, незабудку применяют только в народной медицине. Препараты растения оказывают противовоспалительное и кровоостанавливающее действие, уменьшают потоотделение.

Применение. Незабудку применяют в виде водных настоев при лечении бронхитов, кровавого кашля, туберкулеза легких. Наружно настой и отвар травы используют для ванн, компрессов и примочек при кожных заболеваниях, экземах.

НИВЯНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Leocanthemum vulgare Lam.*

Королиця звичайна, попівник (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище горизонтально расположенное или косо восходящее, с многочисленными мелкими корнями. Стебель слегка опушенный или голый, неветвящийся или слегка разветвленный в верхней части. Прикорневые листья длинночерешковые, с продолговатой обратнояйцевидной пластинкой, тупозубчатой по краю и суженной к основанию; стеблевые листья сидячие, клиновидные, с крупными зубцами, направленными вперед. Цветки собраны в крупные, до 5 см в диаметре, одиночные корзинки на верхушках стеблей; срединные — трубчатые, желтые, краевые — язычковые, белые, корзинки напоминают соцветия ромашки (в народе нивяник чаще всего называют ромашкой крупноцветковой). Цветение — в июне—сентябре. Плод — ребристая семянка длиной до 3 мм, без хохолка.

В Украине и России растение встречается на всей территории, растет на лугах, по краям полей, обочинам дорог, иногда как сорняк на

полях. Культивируется как декоративное растение, селекционерами получены крупноцветковые формы с диаметром соцветий до 15 см.

С лечебной целью используется надземная часть, заготовленная в период цветения. В траве нивяника содержатся алкалоиды, инулин, в семенах — жирное масло.

Применение. Растение используется только в народной медицине. Препараты нивяника в виде отваров применяют как спазмолитическое и успокаивающее средство при желудочных заболеваниях, как седативное при расстройствах нервной системы, при женских болезнях, а также как слабительное и мочегонное.

НИКАНДРА ФИЗАЛИЕВИДНАЯ

❖ *Nicandra physaloides* (*L.*) *Gaertn.*

Нікандра фізалієподібна (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Однолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, вильчато-разветвленный, высотой 30—120 см; побеги тупоребристые,

голые. Листья очередные, яйцевидные или овальные, при основании клиновидно суженные в крылатый черешок, заостренные на вершине, с выемчато-зубчатыми краями. Цветки одиночные, поникающие, расположены в развилках стеблей и побегов; чашечка колокольчатая, пятираздельная; венчик крупный, с пятью голубовато-синими сросшимися лепестками и более светлой трубкой. Цветение в июле—августе. Плод — коробочка, глубоко сидящая в разросшейся черепитчатой чашечке. И плоды, и растение в целом напоминают широко известный физалис. На территории Украины и России встречается только в одичавшем виде и как заносное растение на бросовых и засоренных участках; предпочитает плодородные, достаточно увлажненные почвы. Изредка выращивается в декоративных целях.

С лечебной целью используется надземная часть растения. В ней содержатся алкалоиды, горечь никандрин, в плодах имеется лупулин, в семенах — жирное масло (до 25 %).

Применение. Никандра используется только в народной медицине в виде отваров как сильное мочегонное средство при заболеваниях сердца, мочекаменной болезни, нарушениях в работе почек

и мочевого пузыря. Очень широко применяется в Америке при лечении мочекаменной болезни.

НОГОТКИ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ, КАЛЕНДУЛА

❖ *Calendula officinalis L.*

Нагідки лікарські, нагідки (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой с многочисленными ветвистыми придаточными корнями. Стебель прямостоячий, ребристый, высотой до 50 см, ветвящийся, жестко опушенный густыми железистыми волосками. Нижние листья обратнояйцевидные, суженные к основанию в черешок; стеблевые листья сидячие, очередные, удлиненно-ланцетные, светло-зеленые. Цветки желтые или оранжевые, ароматные, собранные в корзинку диаметром до 5 см; внутренние — трубчатые, периферические — язычковые. Обертки корзинок густо покрыты железистыми волосками, смолисто-липкие на ощупь. Цветение — с июля до заморозков. Плод — серповидно изогнутая семянка с шипами на внешней стороне. В Украине и России культивируется в специализированных хозяйствах в южных областях, повсеместно выращивается как неприхотливая цветочная культура.

С лечебной целью используют соцветия и язычковые (наружные) цветки корзинок. В них содержится до 3 % каротиноидов (ликопин, каротин, флавоксантин), до 8 % яблочной, салициловой и других органических кислот, смолы (до 3,5 %), дубильные вещества, флавоноиды, слизи, эфирное масло, фитонциды и витамины. Календула оказывает противовоспалительное, антисептическое, спазмолитическое и желчегонное действие, способствует регенерации тканей.

Применение. В виде настоя и настойки применяется как бактерицидное и противовоспалительное средство при заболеваниях носоглотки, горла, желудочно-кишечного тракта. Наружно используется для лечения ран, язв, ожогов и обморожений. Применяется

в стоматологической практике при гингивитах и стоматитах, в гинекологии при эрозии шейки матки и простом остром вагините. В народной медицине отвар корзинок принимают внутрь при заболеваниях печени, как противоабортивное средство, при маточных кровотечениях. Отвар корзинок используют для ванн при диатезе и экземах, в том числе у детей. Календула входит в состав многих травяных лекарственных сборов и косметических препаратов, применяется в парфюмерии.

ОБВОЙНИК ГРЕЧЕСКИЙ

❖ *Pepiploca gracea L.*

Обвійник грецький (*укр.*)

Семейство Кутровые — Apocynaceae

Русское (и украинское) название этого растения является дословным переводом с латыни. Обвойник — это многолетняя лиана, обвивающая опоры (деревья). Стебли древеснеющие, вьющиеся, покрытые бурой корой, высотой до 12 м, прочные. Листья супротивные, голые, яйцевидные или продолговато-яйцевидные, черешковые, сверху темно-зеленые, снизу светлее. Цветки буро-зеленые, актиноморфные (правильные), пятираздельные, собраны в верхушечные зонтиковидные соцветия. Цветение — в апреле — мае. Плоды — коричневые, цилиндрические или веретенообразные, крупные, длиной до 10—12 см, собраны попарно на концах стеблей и побегов. В Украине растение встречается в лесистых районах западных областей.

С лечебной целью используются кора и молодые побеги обвойника. В них содержатся гликозиды сердечного действия (периплоцин, периплогенин), смолы, дубильные вещества. Препараты обвойника обладают кардиотоническим действием, схожим с действием наперстянки.

Применение. В практической медицине препараты обвойника («Периплоцин» в виде инъекций) ранее использовались при лечении сердечно-сосудистой недостаточности, пороков митрального клапана, мерцательной аритмии, тахикардии. Впоследствии, в связи с появлением новых, более эффективных препаратов, значение

обвойника как лекарственного растения снизилось. В народной медицине отвар коры иногда применяется при лечении заболеваний сердца и сосудов, при туберкулезе легких и геморрое.

Растение ядовито.

ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ

❖ *Hippophae rhamnoides L.*

Обліпиха крушиноподібна, золоте дерево (*укр.*)

Семейство Лоховые — Eleagnaceae

Многолетнее растение, кустарник или небольшое деревце высотой до 8—10 м. Корневая система поверхностная, слабоякорная, расположена в верхних слоях почвы, состоит из шнуровидных корней, часто дающих корневые отпрыски. Кора старых ветвей и стволиков бурая или черно-бурая, молодые побеги покрыты серебристой корой; заканчиваются побеги острыми колючками. Листья очередные, простые, без прилистников, длиной 2—8 см, шириной до 1 см, короткочерешковые, цельнокрайние, сверху серовато-зеленые, снизу серебристо-белые, чешуйчатые. В целом растение несколько схоже с лохом серебристым. Цветки правильные, мелкие, однополые, развиваются в пазухах кроющих листьев. Растение двудомное, ветроопыляемое, женские и мужские цветки развиваются на разных экземплярах. Цветение в мае. Плоды — шаровидные или овальные костянки диаметром 0,5—1 см, желтого, оранжевого или красного цвета, густо покрывающие плодоносные побеги (отсюда название растения). Вкус и запах плодов специфический (ананасный). Созревают плоды в сентябре—октябре и, будучи несобранными, остаются на ветвях до весны.

В природных условиях облепиха массово встречается в Восточной и Западной Сибири, в Украине выращивается на всей территории как плодовое, декоративное и лекарственное растение.

В лечебных целях используют плоды облепихи, реже — листья и кору. В плодах содержатся сахара (до 3,5 %), органические кислоты (2,6 %), до 8 % жирного масла, до 270 мг% аскорбиновой кислоты, а также каротин, тиамин, рибофлавин, каротиноиды, токоферолы и другие вещества.

Применение. Свежие плоды облепихи используются как витаминное профилактическое средство, а также служат сырьем для получения ценного облепихового масла. Масло облепихи применяется очень широко как в научной, так и в народной медицине. Прежде всего оно известно как хорошее ранозаживляющее средство при ожогах, трофических язвах, пролежнях, кожных заболеваниях, при лечении всевозможных раневых полостей и язв. В гинекологии облепиховое масло используется при эрозии шейки матки и воспалительных процессах.

Эффективно применение облепихового масла при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, проктитов, геморроя. Используется оно и при гайморитах, тонзиллите, а совместно с левомицетином и анестезином входит в состав препарата «Олазоль». Применяются плоды облепихи в кулинарии, производстве косметических препаратов, в мыловаренной промышленности.

ОВЕС ПОСЕВНОЙ

❖ *Avena sativa L.*

Овес, овес посівний (*укр.*)

Семейство Мятликовые (***Злаковые***) —
Poaceae (***Gramineae***)

Однолетнее злаковое растение, общеизвестная полевая зерновая и кормовая культура. Культивируется во всех регионах Украины, России, Беларуси. В продовольственных и фуражных целях используется зерно овса, в лечебных — зерно, мука, крупа, зеленые стебли и солома.

В зерне овса содержатся крахмал, белки, аминокислоты, витамины и минеральные соединения, а также стерины, стероидные сапонины, камедь, щавелевая, малоновая и эруковая кислоты, кумарины и гликозиды. Овес оказывает общеукрепляющее, тонизирующее, обволакивающее, желчегонное, мочегонное и противовоспалительное действие.

Применение. Овсяная крупа и мука — хорошее диетическое средство для выздоравливающих после тяжелых, изнурительных болезней. Комплекс биологически активных веществ овса снижает уровень холестерина и липидов в крови. Широко используется овес

в желчегонных сборах, полезен при болезнях сердца и печени. Отвар зерен и овсяный кисель используется при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта как обволакивающее средство, применяется он и при лечении вирусного гепатита.

Настой зеленой травы (в фазе цветения) — эффективное потогонное, мочегонное и жаропонижающее средство, регулирующее обменные процессы в организме. Наличие витамина B_3 позволяет применять препараты овса для лечения кожных заболеваний (экземы, дерматиты, диатезы). Все виды овсяных круп — незаменимый компонент самых строгих диет при гастритах, энтероколитах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Слизистые отвары овса применяются при лечении железодефицитной анемии и атонии кишечника. Овсяная мука — обязательный компонент детского питания.

Отвар овсяной соломы используют для ванн при неврологических заболеваниях, при повышенном потоотделении, используют его и для мытья головы с целью укрепления волос. Из отвара крупы и зерен делают примочки и компрессы при ожогах и обморожениях.

ОГУРЕЧНАЯ ТРАВА, БОРАГО

❖ *Borago officinalis L.*

Огірочник лікарський, огіркова трава (*укр.*)

Семейство Бурачниковые — Boraginaceae

Однолетнее травянистое растение. Корневая система состоит из хорошо развитого стержневого корня и многочисленных придаточных корней. Стебель жестко-волосисто-опушенный, прямостоячий, высотой 80—100 см, крепкий, мясистый, сочный, ветвящийся. Листья жестко опушенные, эллипсовидные,

нижние — яйцевидно-продолговатые, суженные к основанию в короткий черешок, стеблевые и верхние — сидячие, стеблеобъемлющие. Зеленые части растения имеют выраженный огуречный вкус и аромат. Цветки крупные, голубые, реже розовые или белые, собраны на верхушках стеблей и в пазухах верхних листьев в соцветия — завитки. Цветение — в июне—июле. Плод — продолговатый четырехорешек. Родина бораго — Средиземноморье, в Украине рассеянно встречается на всей территории, иногда выращивается как овощная культура, используется в кулинарии как заменитель огурцов, так как дает продукцию в значительно более ранние сроки.

Применение. С лечебной целью используется трава и цветки огуречника. В них содержатся аскорбиновая кислота и каротин, жирные кислоты, слизи, смолы, дубильные вещества, сапонины, эфирное масло. Огуречник используют в народной медицине и гомеопатии как мягчительное, потогонное, мочегонное и витаминное средство. Применяют при заболеваниях печени, почек, мочевого пузыря, желудочно-кишечного тракта. Отвар надземных частей растения используют для примочек и ванн при лечении кожных заболеваний. Настой бораго рекомендуется при заболеваниях суставов, мышц, отеках, как успокаивающее и тонизирующее средство.

ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Taraxacum officinale Wigg.*

Кульбаба лікарська (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, толстое, темно-бурое, на изломе белое, переходящее в вертикальный стержневой корень. Характерной особенностью корневища является способность скручиваться и укорачиваться перед наступлением морозов, при этом головка корневища на несколько сантиметров опускается ниже уровня почвы. Листья прикорневые, розеточные, ланцетные, суженные при основании, по краю зубчатые, зеленые. Цветоносный побег трубчатый, пустотелый, высотой до 30 см, с од-

ной крупной верхушечной цветочной корзинкой. Цветки множественные, ярко-желтые, ароматные, язычковые. Плод — серовато-бурая продолговато-ребристая семянка с белым хохолком. Все зеленые части растения выделяют на изломе белый млечный сок. В Украине, России и Беларуси одуванчик распространен повсеместно в самых разнообразных местах обитания.

С лечебной целью используются корни одуванчика (*Radix Taraxaci*), заготовленные осенью или ранней весной, реже — надземная часть. В корнях содержатся тритерпеновые соединения — тараксерол, тараксастерол, стерины (ситостерин и стигмастерин), инулин, тараксол и др. В траве и цветках имеются лютеин, флавоксантин, тритерпеновые спирты, каротин, витамины, минеральные соединения.

Применение. В медицине настои травы и корней используются как горечь, возбуждающая аппетит и улучшающая работу желудочно-кишечного тракта. В народной медицине препараты одуванчика используются более широко: настойку корней на водке принимают при болях в желудке; отвар травы и цветков применяют при заболеваниях печени, желтухе; отвар цветков назначают при гипертонической болезни, а также при геморрое; спиртовая настойка цветков используется наружно при ревматизме. Одуванчик находит применение и в кулинарии: высушенные, поджаренные измельченные корни используют как суррогат кофе, из соцветий готовят варенье, используют их для отдушки вин и ликеров.

ОКОПНИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Symphytum officinale L.*

Живокіст лікарський (*укр.*)

Семейство Бурачниковые — Boraginaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, снаружи буро-черное, на изломе белое, укороченное, ветвистое, с многочисленными тонкими корнями. Стебель прямостоячий, мощный, шерстисто-опушенный, в верхней части ветвистый, высотой до 1 м. Нижние листья крупные, черешковые, широколанцетные или продолговато-яйцевидные, темно-зеленые; стеблевые листья мельче, они

сидячие, очередные, ланцетные, сверху зеленые, снизу сероватые с барельефно выступающими жилками. Цветки актиноморфные (правильные), с трубчато-колокольчатым венчиком, надрезанным на пять сросшихся лепестков фиолетового или грязно-пурпурного цвета, редко — белого. Цветение — с июня по сентябрь. Плоды — блестящие, черно-бурые четырехорешки, состоящие из трехгранных плодиков, распадающихся при созревании. В Украине распространен повсеместно на плодородных, хорошо увлажненных почвах по берегам рек, озер, в оврагах и балках, среди кустарников. В Беларуси растение встречается на всей территории, но нечасто; в России — во всех климатических зона, кроме Крайнего Севера и южных засушливых степей.

С лечебной целью используют корневища окопника, заготовленные осенью или ранней весной. В них содержатся комплекс алкалоидов (циноглоссин, алантоин, лазиокарпин), эфирное масло, слизи, дубильные вещества, крахмал, инулин, смолы, стероидные сапонины, органические кислоты и др.

Применение. Препараты окопника оказывают противовоспалительное, антисептическое, ранозаживляюшее, кровоостанавливающее действие, способствуют регенерации тканей, в том числе костных. Настой корней в народной медицине применяют при лечении бронхитов, туберкулеза легких, заболеваний желудочно-кишечного тракта

(колиты, энтероколиты, диарея, дизентерия, язва желудка и двенадцатиперстной кишки). Особенно широко применяется окопник (это отражено в его украинском названии) наружно в виде компрессов, примочек и ванн при лечении переломов, вывихов, растяжений и ушибов; эффективно используются отвары и настои корней при лечении маститов, тромбофлебита, долго незаживающих ран; в стоматологии — при воспалительных процессах ротовой полости и др. Имеются сведения о противоопухолевой активности препаратов окопника.

Встречающиеся в Украине близкородственные виды — окопник кавказский и окопник шерстистый — обладают такими же свойствами и могут быть использованы как окопник лекарственный.

Растение ядовито.

ОЛЕАНДР ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Nerium olaeander L.*

Олеандр звичайний (*укр.*)

Семейство Кутровые — Apocynaceae

Высокий, ветвистый вечнозеленый кустарник или небольшое деревце высотой до 3—4 м. Кора ветвей и стволиков светло-серая, гладкая. Листья короткочерешковые, темно-зеленые, удлиненно-ланцетные, цельнокрайние, кожистые, длиной до 10—14 см, с барельефно выступающей средней жилкой, расположены на прутьевидных ветвях мутовками по 3 шт. Цветки крупные, до 30—50 мм в диаметре, с воронковидным венчиком белого, розового или красного цвета; венчик пятилепестный, иногда махровый; цветки собраны на концах по-

бегов в щитковидные полузонтики. Цветение с июня по октябрь. Плод состоит из двух листовок длиной до 10—15 см, семена густо опушенные, длиной до 10 мм. Родина олеандра — Средиземноморье, на территории Украины он культивируется как лекарственное и декоративное растение в Крыму, а также часто встречается в других регионах в ботанических и садовых коллекциях, в комнатной и контейнерной культуре.

С лечебной целью используются листья олеандра. В них содержатся сильнодействующие сердечные гликозиды (олеандрин, дезацил-олеандрин, адинерин, нериин), урсоловая кислота, рутин, кемпферол, кортенерин и другие неизученные вещества.

Применение. Из листьев олеандра изготавливают препараты «Олеандрин» и «Олеандромицин», обладающие выраженным избирательным действием на сердце, подобным действию препаратов наперстянки и строфанта. Применяются они при острой и хронической сердечной недостаточности, пороках митрального клапана с мерцательной аритмией. Из олеандра выделен антибиотик олеандромицин, активный по отношению к стрептококкам, устойчивым к пенициллину.

Растение сильно ядовито.

ОЛЬХА ЧЕРНАЯ, ОЛЬХА КЛЕЙКАЯ

❖ *Alnus glutinosa* (*L.*) *Gaertn.*

Вільха чорна, вільха клейка (*укр.*)

Семейство Березовые — Betulaceae

Листопадное дерево высотой до 35 м. Кора молодых ветвей краснобурая с многочисленными белыми поперечными чечевичками, иногда опушенная, клейкая. Кора стволов и скелетных ветвей темно-бурая. Листья округлые или обратнояйцевидные, в основании клиновидно суженные, сверху закругленные, по краю выемчатые или зубчатые; молодые листочки, как и почки, клейкие. Мужские цветки собраны в темно-коричневые сережки длиной до 7 мм, женские — в шишковидные кисточки на длинных ножках. Все цветки

образуются осенью, а цветение происходит в апреле, до распускания листьев. Плод — крылатый орешек около 2 мм в диаметре, созревание плодов — в сентябре—октябре. На территории Украины, Беларуси и России ольха распространена почти повсеместно, кроме южной полынной степи. В больших количествах растет ольха на Полесье, реже — в Лесостепи. Иногда образует довольно обширные ольховые леса в местах с достаточным увлажнением, по берегам рек, озер, в оврагах и балках.

С лечебной целью используют женские соплодия («шишки») — *Fructus Alni*, заготовленные в ноябре — феврале, реже применяется кора молодых ветвей и листья ольхи. В соплодиях содержатся дубильные вещества (танин, галловая кислота), фосфорная кислота, алкалоиды. В листьях найдены флавоновые гликозиды (гиперозид и кверцитрин), органические кислоты (кофейная и хлорогеновая).

Применение. В официальной медицине препараты ольхи используются как вяжущее средство при энтероколитах, как противовоспалительное при ожогах, кожных воспалениях, а также как

кровоостанавливающее. В народной медицине отвар шишек употребляют внутрь при диарее, дизентерии, желудочных заболеваниях. Свежие листья используют наружно для компрессов при кожных заболеваниях, фурункулезе, диатезе, экземах; спиртовую (водочную) настойку шишек принимают при геморрое.

Нечасто встречающийся в Украине (преимущественно в Карпатах) морфологически близкий вид ольха серая обладает аналогичными свойствами и может применяться так же, как ольха черная.

ОМЕЖНИК ВОДНЫЙ

❖ *Oenanthe aquatica* (*L.*) *Poir.*

Омег водяний (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое водное (прибрежное) растение. Корневая система сложена тонкими, нитевидными, многочисленными корнями. Стебель бороздчатый, внутри полый, широковильчато-ветвистый, высотой до 1 м. Подводные листья нитевидные, воздушные — многократно перисторассеченные на тонкие доли. Цветки мелкие, белые, собраны в сложные зонтики с 7—12 лучами первого порядка на верхушках стеблей. Цветение — в июне—сентябре, плод — двусемянка, распадающаяся при созревании. Распространен на всей территории Украины и России как прибрежное растение в водоемах всех типов.

С лечебной целью используют плоды (семена) омежника и траву. В надземной части растения содержатся кверцетин, изорамнетин, кемпферол, флавоноиды, в семенах до 2 % эфирного масла, фенолы и их производные; в состав эфирного масла входит сильнодействующий токсин терпенового ряда фелландрен и энантоксин (энантин), подобные по действию цикутотоксину веха ядовитого.

Применение. Препараты омежника оказывают отхаркивающее, диуретическое, потогонное и болеутоляющее действие. Применяется омежник в виде настоя семян при желудочных спазмах, коликах, диспепсии; как отхаркивающее — при бронхитах, пневмонии,

туберкулезе, бронхиальной астме, респираторных заболеваниях. Наружно используют настой и отвар травы при мастопатии.

Растение сильно ядовито.

ОМЕЛА БЕЛАЯ

❖ *Viscum album L.*

Омела біла (*укр.*)

Семейство Ремнецветные (***Омеловые***) ***— Loranthaceae***

Вечнозеленое растение, кустарник-полупаразит. Имеет вид сферических кустов диаметром до 1 м, растущих в кронах деревьев, чаще всего тополей, ив, реже заселяет грушу, яблоню, березу, клен и другие древесные породы. Корни омелы проникают под кору растения-хозяина, образуя многочисленные присоски. Ветви зеленые, у основания коричневые, дихотомически (вильчато) ветвистые, легко ломающиеся в узлах. Листья супротивные, расположены попарно на концах побегов, толстые, кожистые, бледно-зеленые, продолговато-ланцетные или удлиненно-овальные, с хорошо выделяющи-

мися продольными жилками. Растение двудомное, цветки мелкие, зеленоватые, собраны по 3—6 на верхушках стеблей и в местах их разветвлений. Цветение в марте—апреле. Плод — сферическая сочная ягода до 1 см в диаметре, с одним крупным семенем, при созревании белым, с почти прозрачной студенистой клейкой мякотью. Семя крупное, в диаметре до 8 мм, серое, сердцевидной формы. В распространении омелы большую роль играют птицы, поедающие ягоды и разносящие семена на большие расстояния. В Украине встречается почти на всей территории, особенно часто в лесостепной зоне и крымских лесах, в Карпатах. В России омела распространена в южных регионах, на Кавказе.

С лечебной целью используют молодые побеги с листьями или листья. Химический состав сложен, в него входят вискотоксин (комплекс аминокислот и высокомолекулярных углеводов), висцерин, альфа-вискол, бета-вискол, урсоловая и олеаноловая кислоты, амины, спирты, витамины, смолы, жирное масло.

Применение. Препараты омелы белой проявляют спазмолитическое, кровоостанавливающее и противосудорожное действие. Применяются на ранних стадиях гипертонической болезни, как тонизирующее средство при атонии кишечника; жидкий экстракт листьев используют при легочных кровотечениях. В народной медицине омела используется при эпилепсии, истерии, головокружениях; как кровоостанавливающее при маточных и геморроидальных кровотечениях.

Растение ядовито.

ОРЕХ ГРЕЦКИЙ

❖ *Juglans regia L.*

Горіх волоський (*укр.*)

Семейство Ореховые — Juglandaceae

Дерево высотой до 30 м, живущее 500 и более лет. Крона широкая, раскидистая. Кора стволов и скелетных ветвей серая, с продольными трещинами; кора молодых побегов блестящая, буро-коричневая. Листья крупные, непарно-перистые, листочки цельнокрайние,

с тупыми, иногда заостренными верхушками, овальные или удлиненно-овальные, зеленые, с характерным запахом при растирании. Мужские цветки собраны в одиночные цилиндрические сережки, женские — по 1—5 в кисти на концах побегов. Плод — овальная морщинистая голая костянка в сочном зеленом опадающем околоплоднике. Цветение в апреле—мае, созревание плодов в сентябре. Выращивается в культуре в садах, парках, используется в озеленении, в дикорастущем виде встречается в Крыму и Закарпатье. Орех грецкий широко возделывается на Кавказе и в южных регионах.

С лечебной целью используют листья, незрелые плоды и околоплодники ореха. В листьях содержатся красящие вещества (юглон), инозид, флавоноиды, дубильные вещества, до 5 % аскорбиновой кислоты, каротин, витамины Р, группы В и др. В незрелых плодах — высокое содержание витамина С и дубильных веществ.

Применение. В официальной медицине препараты грецкого ореха используют как вяжущее средство при поносах, вызванных нехваткой витамина С, при кровотечениях в желудочно-кишечном тракте, в особенности при язвенных и геморроидальных кровотечениях, а также при геморрагическом диатезе. Выпускаются препараты «Юглон» и «Карнон», применяемые при кожном туберкулезе.

В народной медицине отвар незрелых орехов используют при гипертонической болезни; отвар листьев — при золотухе, сердечных заболеваниях, для полосканий при зубной боли; листья используют наружно для компрессов при фурункулезе. Ядра ореха широко применяются в кулинарии, пищевой и кондитерской промышленности, рекомендуются для повышения физической и, особенно, умственной трудоспособности.

ОРЛЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Pteridium aquilinum (L.) Kuhn*

Папороть, папороть холоста, орляк (*укр.*)

Семейство Деннштедтиевые — Dennstaedtiaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, горизонтально расположенное, ветвистое, темно-бурое. Листья длинноче-

решковые, крупные, наклонно расположенные, сложноперисторассеченные, зеленые. Растение достигает в высоту 1—1,2 м. С нижней стороны листьев сплошной линией располагаются спорангии, в зрелом состоянии коричневые. Происхождение названия этого папоротника связано с тем, что на поперечном разрезе корневища хорошо видны проводящие пучки в форме геральдического орла. Один из самых распространенных и крупных папоротников, в Украине, России и Беларуси встречается повсеместно в лесистых регионах, как в хвойных, так и в смешанных лесах, образует обширные заросли, иногда на десятках гектаров.

С лечебной целью используют корневища орляка. В них содержится до 46 % крахмала, синильная и другие кислоты, эфирное масло, птераквиллин.

Применение. Отвар корневищ в народной медицине назначают внутрь при болях в желудке; отвар всех частей растения используют как антигельминтное средство (против ленточных глистов), отвар листьев применяют при кашле, ломоте в суставах.

Растение считается ядовитым, однако в Японии, Китае и Корее широко употребляется в пищу.

ОРТОСИФОН ТЫЧИНОЧНЫЙ, ПОЧЕЧНЫЙ ЧАЙ

❖ *Orthosiphon stamineus Benth.*

Ортосифон тичинковий (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) — ***Lamiaceae*** (***Labiatae***)

Однолетнее травянистое растение. Стебли четырехгранные, прямые, ветвистые, длиной до 80 см, древеснеющие у основания, в верхней части — зеленые с фиолетовыми узлами, в нижней части — фиолетовые. Листья короткочерешковые, ромбические или яйцевидные, супротивные, с клиновидным основанием, неравномерно зубчатые по краю. Цветки фиолетовые, (неправильные), двугубые, с очень длинными тычинками, изогнутыми кверху, собраны в верхушечных пирамидальных кистях. Цветение в конце лета, плод — неправильный яйцевидный орешек. В дикорастущем виде встречается в странах Юго-Восточной Азии и Австралии; на территории СНГ выращивается в промышленных масштабах в Аджарии, в Украине нечасто встречается в садовых коллекциях. Возможно выращивание ортосифона в Крыму.

С лечебной целью используют верхушки молодых побегов, которые неоднократно срезают в течение лета. В них содержится эфирное (до 0,6 %) и жирное (до 2,7 %) масла, гликозид ортосифонин, тритерпеновые сапо-

нины, дубильные вещества, комплекс органических кислот (лимонная, винная, розмариновая), флавоноиды, соединения калия. Препараты ортосифона оказывают диуретическое и спазмолитическое действие, увеличивают секрецию пищеварительных желез, усиливают желчеотделение.

Применение. Отвар и настой ортосифона принимают при хронических заболеваниях почек, мочекаменной болезни, при циститах и уретритах, сахарном диабете, при заболеваниях сердца, сопровождаемых отеками. Используют препараты ортосифона и при лечении хронических гастритов с секреторной недостаточностью.

ОСИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Pjpulus tremula L.*

Осика звичайна (*укр.*)

Семейство Ивовые — Salicaceae

Листопадное дерево высотой до 30 м. Кора стволов и ветвей серая, гладкая, у старых деревьев растрескивающаяся; кора молодых побегов зеленая. Крона рыхлая, округлой или яйцевидной формы. Листья округлые, по краю выемчато-зубчатые, сверху желтоватые, снизу серо-зеленые. Длинные черешки листьев сжаты с боков, отчего листья осины даже в безветренную погоду непрерывно пребывают в движении (трепещут). Растение двудомное, цветки тычиночные и пестичные, собраны в чешуйчатые сережки. Цветение — в апреле, намного раньше распускания листьев. Плод — одногнездная двустворчатая коробочка с многочисленными беловолосистыми семенами. В Украине, Беларуси и России распространена повсеместно в лесах всех типов, в полезащитных насаждениях и т. д.

С лечебной целью используют почки, листья и кору молодых веточек осины. Растение оказывает бактерицидное, противовоспалительное, жаропонижающее и потогонное действие. В коре и листьях содержатся салицин, салицилпопулозид, популин, эфирное масло, горечи, дубильные вещества.

Применение. Препараты осины используются только в народной медицине. Отвар коры применяют при болезнях почек, цистите, уретрите, простатите, геморрое. Настой коры осины используют при воспалительных процессах в ротовой полости, при ангине, зубной боли. Также препараты коры осины применяют наружно для примочек и компрессов при ожогах, трофических язвах, фурункулезе. Отвар коры входит в состав лечебных ванн при подагре, ревматизме, полиартрите, при этих же заболеваниях применяют обваренные кипятком листья и почки (в виде компрессов). Древесная осиновая зола, смешанная с животным жиром, используется как мазь при экземах.

ОСЛИННИК ДВУЛЕТНИЙ, ЭНОТЕРА

СИНОНИМ: НОЧНАЯ СВЕЧА

❖ *Oenothera biennis* (*L.*) *Scop.*

Енотера дворіча, енотера жовта (*укр.*)

Семейство Кипрейные — Onagraceae

Двулетнее травянистое растение. Корень мясистый, толстый, хорошо развитый. В первый год жизни образует розетку прикорневых обратнояйцевидных или ланцетных крупных листьев. Цветоносный стебель, вырастающий на втором году жизни, достигает высоты 70—90 см. Стебель прочный, прямостоячий, густо облиственный. Стеблевые листья сидячие, крупные, темнозеленые, удлиненно-широколанцетные. Цветки крупные, двупо-

лые, одиночные, желтые, на цветоножках в пазухах верхних листьев. Лепестки яйцевидно-треугольные. Цветение — в июне—июле, цветки раскрываются вечером, в сумерках. Плод — утолщенная цилиндрическая четырехгранная коробочка. На территории Украины встречается повсеместно, но рассеянно — на пустырях, выгонах, по берегам рек, на лесных опушках, часто на песчаных почвах. В России в диком виде распространен широко — в европейской части, на Кавказе, Дальнем Востоке. Используется в озеленении как декоративное растение, созданы формы с различной окраской цветков. Изредка выращивается ради получения сочных корней, которые используются как молоизвестный и в настоящее время малораспространенный овощ под названием рапунцель.

С лечебной целью используется надземная часть растения. В ней содержатся флавоноиды (кемпферол, кверцетин), ситостерин, цериловый спирт, дубильные вещества, витамины, смолы, слизи, инвертный сахар. Энотера применяется только в народной медицине.

Применение. Препараты ослинника в виде водных настоев и спиртовых настоек применяют как вяжущее средство при поносах. Также настой травы принимают при кашле, мочекаменной болезни, как средство, стимулирующее работу желудка, печени и селезенки. Энотера оказывает седативное (успокаивающее) действие, что используется при лечении кардионеврозов.

ОСОКА ПАРВСКАЯ

❖ *Carex brevicollis D.S.*

Осока парвська, осока горбова (*укр.*)

Семейство Осоковые — Cyperaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище горизонтально расположенное, разветвленное, твердое, покрытое чешуйчатой коричневой корой. Стебли, как у всех представителей семейства, трехгранно-сплюснутые, жесткие, высотой 20—30 см, снизу облиственные. Листья длиной до 50—70 см, линейные, сизо-зеленые, желобчатые, с завернутыми книзу краями. Цветки одиночные, собраны в два-три

верхушечных колоска. Верхний колосок коричневого цвета, продолговато-булавовидной формы, сложен мужскими цветками; нижние колоски зеленовато-коричневые, продолговато-яйцевидные, состоят из пестичных цветков. Цветение — в апреле—мае. На территории Украины массово встречается в Винницкой и на севере Одесской областей на увлажненных почвах, в грабинниках.

С лечебной целью применяется трава, которую заготавливают после цветения. Лечебные свойства растения были выявлены в 50-х годах XX века в связи с частыми случаями абортирования у домашних пастбищных животных. В результате ботанических обследований пастбищ стало ясно, что результатом абортирований послужило большое количество осоки парвской в местах выпаса скота. В траве осоки были обнаружены индивидуальные алкалоиды гарман, бревиколлин и тревикаллин.

Применение. Трава осоки парвской служит сырьем для получения препарата «Бревиколлин», который используется как родовспомогательное средство.

ОСОТ ПОЛЕВОЙ, ОСОТ РОЗОВЫЙ

❖ *Sonchus arvense L.*

Осот, осот рожевий (*укр.*)

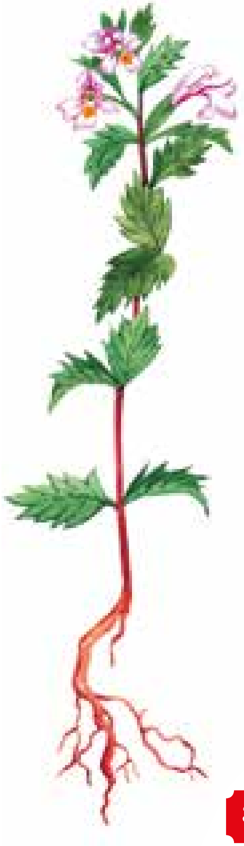
Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

К роду Осот относится более 70 травянистых растений, имеющих одно-, двух- и многолетний цикл развития. В Украине, России и Беларуси наиболее распространены осот огородный с желтыми соцветиями (однолетник) и осот розовый, полевой (многолетник). Это мощные растения с хорошо развитой стержневой корневой системой. Осот полевой является корнеотпрысковым злостным, трудноискоренимым сорняком, его корни проникают на глубину до 1 м и дают многочисленные корневые отпрыски (органы вегета-

тивного размножения), таким образом растение «захватывает» все большую территорию. Стебель осота прямой, ломкий; листья колючие, чаще выемчато-лопастные, серо-зеленого цвета. Цветки язычковые, собраны в корзинки розового цвета, корзинки, в свою очередь, собраны в щиткоподобные соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в июне—августе. Плоды — мелкие, опушенные, многочисленные семянки.

С лечебной целью в народной медицине используют надземную часть растения, реже — корни. Осот оказывает желчегонное, слабительное, лактогенное действие, обладает кровоостанавливающими и противогельминтными свойствами.

Применение. Препараты осота в виде отвара используют при лечении заболеваний печени, подагры, геморроя. Наружно применяют свежие толченые листья как кровоостанавливающее средство. Молодые листья и побеги входят в состав диетических витаминных сборов (предварительно их вымачивают в воде).



ОЧАНКА ПРЯМОСТОЯЧАЯ

❖ *Euphrasia stricta Host.*

Очанка прямостійна, очанка стиснута (*укр.*)

Семейство Норичниковые — Scrophulariaceae

Однолетнее травянистое растение. Корневая система слаборазвитая, состоит из извилистого стержневого корня с немногочисленными придаточными корешками. Стебель прямостоячий, высотой 10—40 см, часто разветвленный в верхней части, опушенный. Листья голые, супротивные, яйцевидные, зубчатые по краю, на верхушке длинно-заостренные. Цветки бледно-фиолетовые с синими про-

дольными жилками, неправильные, на коротких цветоножках в пазухах прицветных листьев, собраны на верхушке стебля в вытянутое соцветие. В зеве венчика имеются желтые пятна. Цветение с июня до осени. Растение — полупаразит зерновых культур; внедряется корневыми присосками в корни растения-хозяина и потребляет его соки. В Украине встречается в Лесостепи и лесных регионах на полях, лугах, залежных землях, по обочинам дорог, часто на песчаных почвах, в Беларуси — на всей территории, в Российской Федерации — на Кавказе и в Западной Сибири, в европейской части.

С лечебной целью применяют все части растения. Очанка оказывает противовоспалительное, сосудорасширяющее и отхаркивающее действие. В траве очанки содержится гликозид аукубин, эфирное масло, дубильные вещества, горечи, смолы, кофейная кислота, кумарины, минеральные соединения меди и магния.

Применение. Очанка прямостоячая используется только в народной медицине. Чаще всего из травы готовят отвар (чай), который применяют при гиперацидных гастритах, энтеритах, а также при ларингите, кашле, глазных заболеваниях. Настоем и отваром очанки, всегда свежим, промывают глаза при конъюнктивитах, слезоточивости, помутнении роговицы, для профилактики при значительных зрительных нагрузках (работа с компьютером, микроскопом и т. д.). Наружно используют отвар очанки в виде компрессов при опухолях, варикозном расширении вен, язвах и ожогах.

ОЧИТОК ЕДКИЙ

❖ *Sedum acre L.*

Очиток їдкий, очисник (*укр.*)

Семейство Толстянковые — Crassulaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище тонкое, разветвленное, ползучее. Стебли многочисленные, стелющиеся или приподнимающиеся, мясистые, с прямостоячими цветочными побегами. Листья мелкие, толстые, мясистые, яйцевидные, выпуклые, на веге-

тативных побегах расположены густочерепитчато в шесть продольных рядов, на цветочных (генеративных) побегах размещены шире. Цветки желтые, мелкие, актиноморфные, пятираздельные (в форме звездочки), собраны в кистеподобные соцветия. Цветение — в мае—июне. Плод в форме звездочки, семена очень мелкие, округлые, желтые. На территории Украины растение встречается повсеместно на бедных сухих песчаных и особенно каменистых почвах, на склонах холмов, в оврагах, на скальных обнажениях, в Беларуси — повсеместно, в России — в европейской части, на Кавказе.

С лечебной целью используют траву очитка едкого. В ней содержится комплекс алкалоидов (в сумме до 0,2 %), дубильные вещества, гликозиды, органические кислоты, сахара, слизи, рутин.

Применение. Растение используется только в народной медицине. Очиток оказывает раздражающее, противолихорадочное, мочегон-

ное действие, способствует расслаблению мускулатуры матки и повышению кровяного давления. Отвар надземной части применяют для улучшения работы желудочно-кишечного тракта, как слабительное и противомалярийное средство. Отвар очитка оказывает общее тонизирующее действие. Мазь из измельченной травы на жировой основе применяют при переломах, опухолях, для лечения гнойных ран и язв, при выведении мозолей и бородавок. В гомеопатии препараты очитка считаются хорошим средством при лечении геморроя.

Растение считается ядовитым.

ОЧНЫЙ ЦВЕТ ПОЛЕВОЙ

❖ *Anagallis arvensis L.*

Куряча сліпота, курячі очки (*укр.*)

Семейство Первоцветные — Primulaceae

Однолетнее или двулетнее травянистое растение. Корень тонкий, стержневой. Стебель четырехгранный, высотой до 30 см, ветвистый, восходящий. Листья сидячие, супротивные, яйцевидные или продолговато-яйцевидные, цельнокрайние, опушенные, иногда расположены в мутовках по три. Цветки пятираздельные, с пятью лепестками и пятью чашелистиками, ярко-красного цвета, на длинных цветоножках, расположены по одному в пазухах листьев. Цветение — в мае—августе. Плод — сферическая коробочка, открывающаяся крышечкой, с многочисленными мелкими семенами черного цвета. В Украине растение встречается повсеместно, в южных регионах чаще, в Беларуси — редко, только в южных районах, в России — в европейской части, на Кавказе, в Средней Азии. Растет на бросовых землях, у дорог, на лугах, свалках, выпасах, по краям полей.

С лечебной целью используют надземную часть. В траве содержатся сапонины, горечи, гликозид цикламин, флавоноиды, органические кислоты; в семенах найдено до 17,7 % жирного масла. Препараты очного цвета оказывают мочегонное, противовоспалительное и сильное седативное (успокаивающее) действие.

Применение. Очный цвет используется только в народной медицине. Отвар травы применяют как внутрь, так и наружно при

различных кровотечениях, при желудочных болях, дизентерии, головных болях. Водный настой применяют как успокаивающее средство при нервных расстройствах. В некоторых европейских странах свежую траву и порошок из высушенной травы используют при укусах животных.

ПАССИФЛОРА ИНКАРНАТНАЯ

СИНОНИМ: ПАССИФЛОРА МЯСО-КРАСНАЯ

❖ *Passiflora incarnata L.*

Пасифлора інкарнатна (*укр.*)

Семейство Страстоцветные — Passifloraceae

Многолетняя травянистая лиана. Корневище горизонтально расположенное, хорошо развитое. Стебель длиной до 9 м, стелющийся

или поднимающийся на опоры, гладкий, округлый. Листья очередные, трехраздельные, с мелкопильчатыми по краю долями, длинночерешковые, кожистые, сверху зеленые, снизу серо-зеленые. Цветки крупные, актиноморфные, обоеполые, с двойным околоцветником, диаметром до 9 см, бледно-сиреневые. Цветение — в июне—сентябре. Плод — сочная крупная овальная ягода длиной до 7, диаметром до 4 см, съедобная.

Родина пассифлоры — Центральная Америка, в СНГ выращивается в Закавказье с целью получения лекарственного сырья. В Украине выращивается как популярная высокодекоративная лиана в горшечной (кадочной) культуре, а в южных районах и в открытом грунте.

С лечебной целью используют надземную часть растения. В траве пассифлоры найдены алкалоиды гарминовой группы (гарман, гармин и гармал), гликозиды. В плодах содержится значительное количество витамина С.

Лекарственные препараты пассифлоры получили широкое признание во многих странах Америки и Европы.

Применение. Препараты пассифлоры оказывают выраженное седативное и противосудорожное действие. Жидкий экстракт пассифлоры, выпускаемый промышленностью, назначают при невралгии, эпилепсии, истерии, климактерическом синдроме, при бессоннице, повышенной возбудимости и раздражительности.

Противопоказано применение пассифлоры при стенокардии, атеросклерозе сосудов головного мозга и коронарных сосудов, инфаркте миокарда.

ПАСЛЕН ДОЛЬЧАТЫЙ

❖ *Solanum laciniatum Ait.*

Паслін частočковий (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Многолетнее растение, кустарник (в СНГ и Украине возделывается как однолетник). Корневая система стержневая, хорошо развитая. Стебель прямостоячий, древеснеющий, вильчато-ветвистый, внизу — зеленый, в верхней части темно-фиолетовый, ребристый, высотой до 2 м. Листья короткочерешковые, перисторассеченные, темно-зеленые сверху и светло-зеленые с нижней стороны, с продолговато-ланцетными долями. Цветки крупные, до 5 см в диаметре, фиолетово-синие, собраны в кистевидные соцветия-завитки в развилках ветвей. Цветение с июля до поздней осени. Плод — овальная оранжевая ягода длиной до 2 см, с многочисленными почковидными очень мелкими семенами. В Украине выращивается в специализированных хозяйствах южных регионов с 1957 года.

С лечебной целью используется трава растения. Основным биологически активным веществом является соласодин, который служит исходным продуктом для получения стероидных гормонов (кортизон, прогестерон и др.).

Применение. Препараты паслена дольчатого используются в научной медицине при лечении полиартрита, ревматизма, некоторых лейкозов, бронхиальной астмы, кожных заболеваний, а также при нарушениях белкового обмена.

ПАСЛЕН ЧЕРНЫЙ

❖ *Solanum nigrum L.*

Паслін чорний (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, разветвленный. Стебель прямостоячий, ветвистый, округлый или слегка сплюснутый в верхней части. Листья короткочерешковые, яйцевидные, цельнокрайние или угловато-выемчатые, очередные. Цветки мелкие, на поникающих цветоножках, белые, пятираздельные, собраны в соцветия — завитки в пазухах листьев. Цветение — с июля по сентябрь. Плоды — зеленые, а при созревании черные ягоды шаровидной формы, диаметром до 1 см, с множеством мелких желтых семян. На территории Украины встречается повсеместно на полях, огородах, у жилья, предпочитает достаточно увлажненные плодородные почвы.

С лечебной целью используют надземную часть растения. В траве паслена содержатся алкалоиды, витамины, фитостерин, до 10 % дубильных веществ, сапонины, каротин, большое количество лимонной (до 4,5 %) и аскорбиновой (до 180 мг%) кислот. Растение оказывает спазмолитическое, седативное, обезболивающее, мягчительное и противовоспалительное действие.

Применение. Паслен черный входит в официальные фармакопеи многих европейских стран, однако в Украине он используется только в народной медицине. Траву в виде водного настоя применяют при лечении неврозов, головных болей, бронхиальной астмы, кашля, желудочно-кишечных колик, геморроя. Настой цветков паслена черного назначают при бронхитах, при радикулите, как мочегонное средство. Свежие зрелые (черные) ягоды рекомендуются при гипертонической болезни, атеросклерозе, используются как легкое слабительное и глистогонное средство. Наружно настой и отвар травы паслена рекомендуется при ангине, гнойничковых заболеваниях десен, для лечебных ванн при геморрое, как средство, успокаивающее зуд при чесотке и экземах.

Растение считается ядовитым, однако это относится скорее к его зеленым частям и незрелым плодам.

ПАСТЕРНАК ПОСЕВНОЙ

❖ *Pastinaca sativa L.*

Пастернак посівний (*укр.*)

Семейство сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Двулетнее травянистое растение, культивируемое в однолетнем цикле для получения корнеплодов. Корнеплод, в зависимости от сортовой принадлежности, может иметь различную форму — от реповидной до вытянутой, морковевидной, обычно желтоватого цвета снаружи и серо-белого на срезе. На головке корнеплода в первый год жизни образуется розетка черешковых перисторассеченных листьев, во второй год развивается цветоносный побег, полый внутри, с очередными листьями, высотой 0,5—1,5 м. Цветки мелкие,

желтые, собраны в зонтиковидное соцветие. Цветение — в июне—июле. Плод — сухая двусемянка, распадающаяся при созревании. В Украине и России в диком виде не встречается, выращивается как овощное и пряное растение.

С лечебной целью используют плоды (семянки) пастернака. В них содержатся фурокумарины пастинацин, псорален, ксантотоксол, изопимпинеллин, императорин, сфондин, а также рутин, кумарин, пастерозид и другие вещества.

Применение. Пастернак оказывает главным образом седативное (успокаивающее) действие на центральную нервную систему. Получаемые из растения препараты «Пастинацин» и «Бероксан» используют при лечении стенокардии, коронарной недостаточности, сопровождаемых спазмами. Пастернак снимает загрудинные боли и служит для их профилактики. Используют препараты пастернака также при спазмах желудочно-кишечного тракта, желчевыводящих путей и мочеточников.

ПАСТУШЬЯ СУМКА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Capsella bursa-pastoris* (*L.*) *Medik.*

Грицики звичайні, мисочки (*укр.*)

Семейство Капустные (***Крестоцветные***) —
Brassicaceae (***Cruciferae***)

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, тонкий, веретеновидный. Стебель прямостоячий, прямой, одиночный, высотой 15—40 см, в нижней части опушенный. Прикорневые листья розеточные, черешковые, перистораздельные с зубчатыми или цельнокрайними ширококлиновидными долями; стеблевые листья сидячие, очередные, полустеблеобъемлющие, ланцетовидные, цельнокрайние или слегка выемчатые. Цветки белые, мелкие, четырехлепестковые, собраны на верхушках стеблей и пазушных побегов в кистевидные соцветия. Цветение с апреля по сентябрь. Плод — стручок обратнотреугольной формы (по форме плодов растение и получило название). В Украине, России и Беларуси встречается

повсеместно, растет на почвах всех типов, часто — как сорняк в посевах сельскохозяйственных культур.

С лечебной целью используется трава, заготовленная в период цветения. В ее химический состав входят витамины С и К, до 3 % дубильных веществ, рамногликозид гиссопин, сапонины, эфирное масло, соединения меди, марганца, хрома, большой комплекс органических кислот (яблочная, лимонная, винная, щавелевая и др.). Растение оказывает кровоостанавливающее действие, способствует сокращению гладкой мускулатуры матки и кишечника, задерживает овуляцию.

Применение. В виде экстракта и водного настоя пастушья сумка применяется в гинекологии как кровоостанавливающее средство при родах. Используется также при всех видах внутренних кровотечений (легочных, почечных, желудочно-кишечных, геморроидальных). Имеются сведения об эффективном применении препаратов растения при лечении легочного туберкулеза, сопровождаемого кровохарканьем. Отвар и измельченную свежую траву используют также наружно при лечении ран, ушибов и язв.

ПЕРВОЦВЕТ ВЕСЕННИЙ

❖ *Primula veris L.* (*Primula officinalis Hill.*)

Першоцвіт, первоцвіт весняний, первоцвіт лікарський (*укр.*)

Семейство Первоцветные — Primulaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, довольно толстое, вертикальное или косо направленное, с многочисленными шнуровидными придаточными корнями белого цвета. Собранные в прикорневую розетку листья яйцевидно-продолговатые, морщинистые, городчатые, короткоопушенные, к основанию суженные в короткий черешок; окраска листьев темная или ярко-зеленая. Цветки крупные, ярко-желтые, с медовым запахом, собраны в зонтиковидное соцветие на верхушке цветоносного побега, высота которого достигает 30 см. Венчик длиннотрубчатый, с небольшим отгибом из пяти вогнутых сросшихся лепестков с оран-

жевым пятном у основания. Цветение — в апреле—мае. Плод — яйцевидная бурая многосемянная коробочка. На территории Украины, Беларуси и России встречается в лесных и лесостепных районах, в горном Крыму.

С лечебной целью используют все части растения. В них содержится до 10 % сапонинов, гликозиды примулаверин и примверин, каротин, флавоноиды, витамины, в семенах — жирное масло. Препараты растения оказывают ярко выраженное отхаркивающее действие, а также обладают мочегонным, спазмолитическим и жаропонижающим свойствами.

Применение. Фармацевтической промышленностью изготавливается сухой экстракт корней «Примулин», применяющийся как отхаркивающее и жаропонижающее средство при бронхитах, ларингитах, бронхиальной астме.

В народной медицине препараты первоцвета в виде отваров и настоев принимают внутрь при простудных и сердечных заболеваниях, кашле.

ПЕРЕСТУПЕНЬ БЕЛЫЙ

❖ *Bryonia alba L.*

Переступень білий, нечіпай-зілля (*укр.*)

Семейство Тыквенные — Cucurbitaceae

Многолетнее травянистое растение. Корень мощный, реповидно утолщенный, до 4 см в диаметре, длиной до 70 см, снаружи желтоватый, на изломе белый. Стебель лазающий, лиановидный, длиной до 7 м, снабженный усиками, цепляющимися за опоры, с продольными гранями, шероховатый. Листья очередные, с сердцевидной глубокой выемкой при основании, пяти-семилопастные, длиной до 15 см, шириной до 12 см, покрытые жесткими волосками, черешковые, по краю реснитчатые. Цветки мелкие, до 12 мм в диаметре, желтовато-белые, однополые, двудомные, расположены в пазушных соцветиях; тычиночные — в кистях, пестичные — в щитках. Цветение — в июне—августе. Плоды — сферические сочные ягоды диаметром до 10 мм, черного цвета, с четырьмя-шестью плоскими

семенами. На территории Украины переступень встречается почти повсеместно, но с различной плотностью заселения, в России — в южных областях европейской части, на Кавказе. Растет небольшими группами на свежих плодородных почвах вблизи жилья, у садов, заборов, на кладбищах, возле свалок и т. д.

С лечебной целью используют корни растения (*Radix Bryoniae*). В них содержатся специфические гликозиды брионин и брионидин, оказывающие раздражающее действие.

Применение. Используется наружно в виде настойки при подагре, полиартритах, ревматизме и невралгиях как болеутоляющее средство.

В народной медицине в микродозах применяется при эпилепсии; для полосканий при зубной боли и воспалительных процессах горла; используется для примочек и компрессов при лечении нарывов и фурункулов.

Растение ядовито.

ПЕРЕЦ СТРУЧКОВЫЙ ОДНОЛЕТНИЙ

❖ *Capsicum annuum L.*

Перець гіркий (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, слаборазветвленный. Стебель прямостоячий, ребристый, разветвленный в верхней части, густо облиственный. Листья очередные, яйцевидные, заостренные, цельнокрайние, черешковые, темно-зеленые, снизу — более светлые. Цветки довольно крупные, одиночные, белые, поникающие, пятираздельные, расположены в развилках стеблей и пазухах листьев. Цветение — в июне—августе. Плод — ярко-красная или оранжево-желтая при созревании удлиненно-коническая ягода с множеством плоских округлых беловато-желтых семян. В Украине выращивается повсеместно как овощная культура.

С лечебной целью используют зрелые плоды перца. В их химический состав входит алкалоид капсоицин, придающий перцу

жгучий вкус, аскорбиновая кислота (до 400 мг%), эфирное и жирное масла, каротиноиды и другие вещества. Перец оказывает местное раздражающее действие.

Применение. Используется для приготовления перцового пластыря и перцовой настойки. Применяется наружно при невралгиях, артрите, ревматизме, радикулите.

ПЕТРУШКА КУДРЯВАЯ

❖ *Petroselinum crispum* (*Mill.*) *Num.*

Петрушка городня (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Двулетнее травянистое растение. В первый год жизни образуется веретенообразный, мясистый, иногда разветвленный бело-желтый корень с розеткой прикорневых листьев. Листья длинночерешковые, дваждыперисторассеченные, ярко-зеленые, с характерным запахом. На втором году жизни образуется один или несколько прямостоячих, разветвленных, продольнобороздчатых цветоносных стеблей высотой до 50 см. Верхние стеблевые листья тройчаторассеченные. Цветки обоеполые, белые, мелкие, собраны на верхушках стеблей в сложные зонтики. Цветение — в июне—июле. Плод — мелкая зеленоватая яйцевидная двусемянка. В Украине выращивается повсеместно как одна из самых популярных пряновкусовых культур.

С лечебной целью используются плоды (семена) петрушки. В их состав входит эфирное масло с высоким содержанием апиола (до 7 %), флавоноиды, смолы, жирное масло (до 22 %). Растение оказывает мочегонное действие, способствует растворению и выведению из организма солей.

Применение. Водный настой семян петрушки применяют при мочекаменной болезни, хроническом цистите и отеках сердечно-сосудистого происхождения. В народной медицине растертые свежие листья считаются хорошим наружным средством при укусах ядовитых насекомых (пчел, ос).

ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Tanacetum vulgare L.*

Пижмо звичайне (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ветвистое, горизонтальное, буро-черное, с множеством тонких шнуровидных корней. Стебель крепкий, прямостоячий, высотой до 1,5 м, бороздчатый, разветвленный в верхней части. Нижние листья черешковые, стеблевые — сидячие; все листья темно-зеленые сверху и сероватые снизу, очередные, перисторассеченные на линейно-ланцетные

дольки, зубчатые по краю. Цветки трубчатые, ярко-желтые, мелкие, собраны в округлые, плоские, дисковидно-выпуклые корзинки, которые, в свою очередь, образуют щитковидные соцветия на верхушках стеблей. Растение имеет характерный запах, особенно проявляющийся при растирании цветочных корзинок. В Украине встречается почти повсеместно в балках, оврагах, долинах, на пустырях, среди кустарников, часто образует небольшие заросли-куртины. В Беларуси растет на всей территории, в России — в европейской части, в Западной и Восточной Сибири, на Кавказе.

С лечебной целью применяют цветочные корзинки пижмы (*Flores Tanaceti*), заготовленные в период полного цветения. Цветки пижмы содержат органические кислоты (танацетовую, галусовую и др.), флавоноиды, алкалоиды, горечи (танацетин), эфирное масло, составляющими которого являются туйон, туйол, борнеол, камфора, пинен. Препараты пижмы оказывают желчегонное, противовоспалительное, антисептическое и спазмолитическое действие.

Применение. В медицинской практике настои пижмы назначают при ангиохолитах, гепатитах, кишечных заболеваниях. Пижма повышает артериальное давление, увеличивает желчеотделение, усиливает секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта. Широко известны антигельминтные свойства растения, используемые при лечении аскаридозов и изгнании остриц. Порошок соцветий и травы используют как эффективное инсектицидное средство, пижму применяют как биологическое средство защиты.

Растение считается ядовитым.

ПИОН УЗКОЛИСТНЫЙ

❖ *Paeonia tenuifolia L.*

Півонія вузьколиста (*укр.*)

Семейство Пионовые — Paeoniaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, с клубнеподобными продолговатыми многочисленными утолщениями. Стебли прямостоячие, голые, хорошо облиственные, высотой до 50 см. Листья дважды- или трижды перисторассеченные на узколинейные

или удлиненно-ланцетные доли. Цветки актиноморфные, крупные, до 8 см в диаметре, с ярко-красным околоцветником, сложенным восемью-десятью лепестками. Цветение в мае. Плод — шерстисто-опушенная многосемянная листовка. В Украине встречается на яйлах горного Крыма, нуждается в охране, растение занесено в Красную книгу. В России встречается в степной зоне европейской части, в Предкавказье. Вводится в культуру как лекарственное и перспективное декоративное растение.

С лечебной целью используется трава пиона узколистного. В ней содержатся дубильные вещества, флавоноиды, значительное количество аскорбиновой кислоты.

Применение. Пион узколистный находит ограниченное применение только в народной медицине. Настой корневищ используют при лечении малокровия, мочекаменной болезни, геморроя, при нерегулярных менструациях. Считается, что настой травы пиона помогает устранять похмельный синдром.

Растение ядовито.

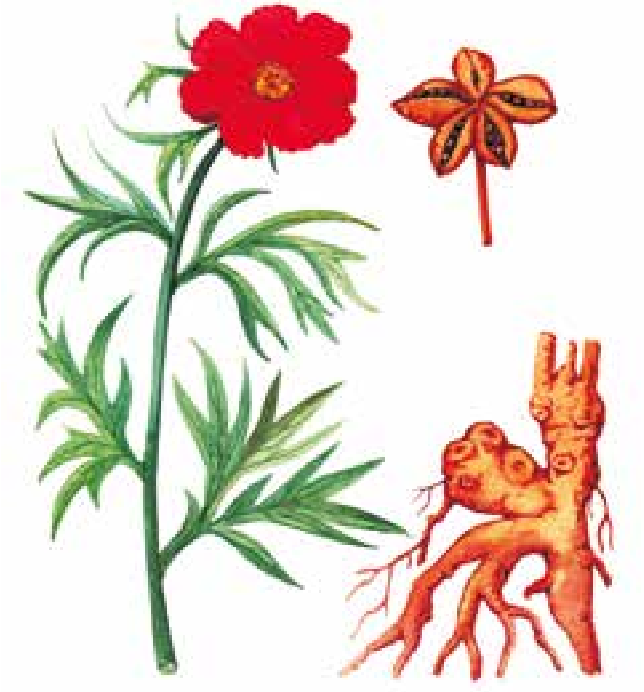
ПИОН УКЛОНЯЮЩИЙСЯ, МАРЬИН КОРЕНЬ

❖ *Paeonia anomala L.*

Півонія незвичайна (*укр.*)

Семейство Пионовые — Paeoniaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, многоглавое или двуглавое, с мясистыми шнуровидными корнями веретеновидной формы. Стебли бороздчатые, прямостоячие, голые, высотой до 1 м. Листья очередные, черешковые, перисторассеченные на тройчатые ланцетовидные доли. Цветки очень крупные, диаметром до 15—18 см, розовые или красные, размещены на верхушках стеблей. Цветение — в мае—июне. Плод — многосемянная листовка. Природный ареал пиона уклоняющегося — Восточная и Западная Сибирь,



в Украине часто выращивается в садах, парках, на приусадебных участках как декоративное растение, в диком виде не встречается.

С лечебной целью используют все части растения, заготовленные в период цветения. В состав растения входит эфирное масло (до 1,5 %), салицилин, до 10 % сахаров, органические кислоты, дубильные вещества, алкалоиды, смолы и др. Препараты пиона уклоняющегося оказывают седативное и противосудорожное действие.

Применение. Фармацевтической промышленностью выпускается настойка марьина корня, которую применяют при лечении неврастении, эпилепсии, истерии, вегетативно-сосудистых нарушений различного происхождения. В народной медицине препараты пиона уклоняющегося применяются при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, внутренних кровотечений, нервных заболеваний. Настойку семян используют при гастритах и маточных кровотечениях, водный настой корней при болезнях почек и при пищевых отравлениях.

Растение ядовито.

ПИХТА СИБИРСКАЯ

❖ *Abies sibirica Ledeb.*

Ялиця сибірська (*укр.*)

Семейство Сосновые — Pinaceae

Вечнозеленое хвойное дерево, одна из основных лесообразующих пород Сибири. Высота — до 30—40 м, диаметр ствола — 1,5 м. Кора темно-серая, гладкая, крона пирамидальная, вытянутая, ветвистая от основания. Хвоя темно-зеленая, блестящая, мягкая, длиной до 5 см. Мужские шишки собраны на концах ветвей, женские расположены по одной на верхней стороне ветвей (продолговато-овальные, длиной 10—18 см, шириной 6—8 см). Созревание пыльцы — в мае—июне. Распространена пихта в Западной и Восточной Сибири, в Украине выращивается в парках как декоративная древесная культура.

С лечебной целью используются хвоя и молодые облиственные веточки пихты. В них содержится около 3 % эфирного масла, в которое входят пинены, борнеол, борнилацетат, камфен, до 0,32 %

аскорбиновой кислоты, другие составляющие. Содержание эфирного масла в хвое меняется в зависимости от времени года.

Применение. Хвоя пихты служит сырьем для получения медицинской камфоры, скипидара, пихтового масла. Камфора применяется в медицине, как средство, возбуждающее нервную систему и усиливающее деятельность сердца при сердечно-сосудистой недостаточности, при угнетении дыхания, пневмонии, сильных отравлениях. Наружно используется в виде мазей и растирок при ревматизме, артритах, невралгиях, миозитах. Отвар хвои применяется как витаминное противоцинготное средство. Препараты пихты используют как ранозаживляющее и противовоспалительное средство. Входит пихта в состав множества медицинских препаратов, выпускаемых в аэрозольной форме («Камфомен», «Ингакамф» и др.).

ПЛАУН БУЛАВОВИДНЫЙ

❖ *Lycopodium clavatum L.*

Плаун булавоподібний, плакун, плавун (*укр.*)

Семейство Плауновые — Lycopodiaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебли ползучие, с многочисленными отрастающими от них восходящими побегами. Побеги разветвленные, густо облиственные. Листья плоские, линейные, мелкие, длиной до 6 мм, шириной не более 1 мм, зеленые, расположены на побегах продольными рядами. На верхушках стеблей развиваются вильчатые спороносные колоски, в которых в июле — начале августа созревают многочисленные нежные желтые споры. На территории Украины плаун булавовидный встречается главным образом в лесных регионах, немного реже — в Лесостепи, в Беларуси и России — повсеместно в лесной зоне. Растет в хвойных и смешанных лесах, в зарослях кустарников на месте вырубленных лесов. В Прикарпатье иногда образует массивные заросли на десятках гектаров.

С лечебной целью используют споры плауна булавовидного (ликоподий), заготовленные в строго определенное время, при пожелтении спороносных колосков. Споры представляют собой мелкодисперсный порошок бледно-желтого цвета, жирный на ощупь.

В ликоподии содержится до 50 % жирного масла, в состав которого входит комплекс глицеридов высокомолекулярных органических кислот (стеариновой, пальмитиновой, олеиновой, арахисовой, ликоподиевой и др.). Содержится в спорах также протеин, фитостерин, гидрокофеиновая кислота и другие соединения.

Применение. Ликоподий применяют как безопасное, не вызывающее раздражения обволакивающее средство для детской присыпки. В фармацевтической промышленности используется при изготовлении пилюль.

ПОДМАРЕННИК НАСТОЯЩИЙ

❖ *Galium verum L.*

Підмаренник справжній (*укр.*)

Семейство Мареновые — Rubiaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, тонкое, разветвленное. Стебель (чаще несколько стеблей) тонкий, полый, иногда ветвистый, высотой 20—80 см, с четырьмя выраженными продольными ребрами. Листья темно-зеленые сверху и сероватo-опушенные снизу, заостренные, узколинейные, розеточные, в количестве до 18 штук. Цветки мелкие, золотисто-желтые, с дисковидным венчиком, собраны в метелку. Цветение — в июне—августе. Плод — голый сдвоенный орешек длиной до 1 мм. В Украине встречается повсеместно на сухих лугах, выгонах, в изреженных кустарниках, в Беларуси и России — очень широко, от западных границ до дальневосточных регионов.

С лечебной целью используется надземная часть растения, заготовленная во время цветения. Химический состав изучен недостаточно. В траве подмаренника содержатся триоксиантрагликозид галиозин, гликозид асперулозид, лимонная и аскорбиновая кислоты, дубильные вещества, следы эфирного масла.

Применение. Подмаренник обладает выраженным кровоостанавливающим и мочегонным действием, а также проявляет противовоспалительные, обезболивающие и седативные свойства. Используется в народной медицине в виде настоев при диарее, гастрите, воспалительных процессах в почках и печени, а также при различных нервных заболеваниях (эпилепсия, истерия), при лечении кожных заболеваний. Отвар травы подмаренника используют для ванн, обмываний, компрессов и примочек при псориазе, абсцессах, фурункулезе. Противовоспалительные свойства препаратов подмаренника эффективно используются при лечении острого пиелита и острого цистита.

ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ

❖ *Plantago major L.*

Подорожник великий, припутник, ранник (*укр.*)

Семейство Подорожниковые — Plantaginaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, вертикально расположенное, от него отходит пучок многочисленных тонких корней. Цветочные побеги (стрелки) голые, восходяшие, высотой до 30 см, бороздчатые, неветвящиеся. Листья голые, широкояйцевидные, с выраженным дуговидным жилкованием, цельнокрайние, резко суженные в плоский широкий черешок, собраны в прикорневую розетку. Цветки мелкие, пленчатые, светло-бурые, собраны в плотный и длинный верхушечный колос. Цветение с июня до сентября. Плод — двухгнездная многосемянная коробочка. В Украине, Беларуси и России встречается повсеместно, в степных южных регионах — реже, растет в самых различных местах и на разных типах почв, как правило, уплотненных.

С лечебной целью используют листья подорожника. В их состав входит гликозид аукубин, до 4 % горечей и дубильных веществ,

каротин, витамин К, до 40 мг% аскорбиновой кислоты, хлорогеновая и неохлорогеновая кислоты, стероидные сапонины, эфирное масло, камедь, фитонциды.

Подорожник оказывает антисептическое и противовоспалительное действие.

Применение. Фармацевтической промышленностью изготавливается сок подорожника, применяемый при хроническом гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах и колитах. Настой листьев назначают при лечении бронхиальной астмы, ларингитов, бронхитов. В народной медицине препараты подорожника используются очень широко. Кроме указанных случаев, их используют при заболеваниях почек, сердца, гипертонической болезни, для полосканий при зубной боли. Наружно применяют свежие листья при лечении ран, нарывов.

Аналогичное применение имеют и другие, часто встречающиеся в Украине виды подорожников: подорожник средний и подорожник ланцетолистный.

ПОДОФИЛЛ ЩИТОВИДНЫЙ

❖ *Podophyllum peltatum L.*

Подофіл щитковидний (*укр.*)

Семейство Барбарисовые — Berberidaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, до 2 см в диаметре, горизонтально расположенное, иногда разветвленное, узловатое, красно-коричневое снаружи и белое на изломе, длиной до 1 м. Отрастающие от узлов придаточные корни шнуровидные, мясистые. Стебли прямые, неветвистые, с розоватой корой, внутри полые, высотой до 50 см, у основания с одним-тремя пленчатыми влагалищными листьями. Стеблевые листья — пальчаторассеченные на семь-девять двухлопастных сегментов длиной до 40 см. Цветки белые, крупные, до 7 см в диаметре, поникающие, ароматные (с запахом дыни). Плод — съедобная кисло-сладкая ароматная ягода диаметром до 7 см, лимонно-желтого цвета с многочисленными семенами. Родина подофилла — Северная Америка, в Украине

выращивается как лекарственное растение в специализированных хозяйствах Львовской и Полтавской областей.

С лечебной целью применяют корневища с корнями. В них содержится до 8 % специфической смолы — подофиллина.

Применение. В официальной медицине подофиллин применяется как вспомогательное средство при лечении папилломатоза мочевого пузыря и гортани.

В народной медицине растение не применяется.

Используется только под наблюдением врача.

ПОДСОЛНЕЧНИК ОДНОЛЕТНИЙ

❖ *Helianthus annuus L.*

Соняшник (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Общеизвестное растение, одна из ведущих сельскохозяйственных культур Украины. Лекарственным сырьем служат краевые

язычковые цветки корзинок, листья, зрелые семянки и корни подсолнечника. В листьях содержатся до 3 % смолистых веществ, каротин, 0,6 % каучука, флавоноиды, сапонины, органические кислоты, холин. В цветках найдены кверциремитрин, цианидин, антоцианин, холин, бетаин, горечи, фенолкарбоновые кислоты. Препараты подсолнечника оказывают жаропонижающее, отхаркивающее действие, улучшают пищеварительные процессы.

Применение. В народной медицине отвар цветков подсолнечника применяют при желтухе, сердечных заболеваниях, спазмах бронхов и желудочно-кишечных коликах, малярии, гриппе, катарах верхних дыхательных путей. Спиртовая настойка цветков и листьев эффективна при лихорадке, невралгии, нервных расстройствах. Корни подсолнечника в виде специально заваренного чая используют для выведения солей из организма. Подсолнечное масло служит средством профилактики атеросклероза и применяется для изготовления всевозможных лекарственных препаратов.

ПОЛЫНЬ ГОРЬКАЯ

❖ *Artemisia absinthinum L.*

Полин гіркий (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корень стержневой, ветвистый, хорошо развитый. Стебель прямостоячий, высотой до 1—1,2 м, толстый, ребристый, разветвленный. Нижние листья длинночерешковые, дважды- или триждыперисторассеченные; стеблевые листья — на коротких черешках, дваждыперисторассеченные, верхние стеблевые — сидячие, перистые или тройчатораздельные; дольки всех листьев линейные.

Все растение имеет бело-серебристую окраску. Цветки трубчатые, желтые, собраны в шаровидные корзинки до 3,5 мм в диаметре; корзинки, в свою очередь, собраны в метельчатые соцветия. Цветение — в июне—июле. Плод — продолговато-клиновидная, тонко-

бороздчатая, заостренная семянка.

В Украине встречается повсеместно в самых разных местах, на всех типах почв, часто как многолетний сорняк. В России полынь распространена в европейской части, в Западной Сибири (южные области), на Кавказе и в Предкавказье.

С лечебной целью используется трава, заготовленная в период цветения. В ее состав входят горькие гликозиды: до 0,25 % абсинтина, анабсинтин (0,03 %), эфирное масло (до 2 %), аскорбиновая, яблочная и янтарная кислоты, флавоноиды, алкалоиды, сапонины, смолы, витамины, фитонциды, дубильные вещества и др.

Препараты полыни усиливают секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта, обладают желчегонным, противовоспалительным и антисептическим действием.

Применение. В медицинской практике используется настойка полыни, которую назначают при гастритах с секреторной недостаточностью. В народной медицине полынь горькая применяется очень широко. Отвары, настои и настойки используют при гастритах, язвенной болезни желудка, дизентерии, анемии, ревматизме, желтухе, ожирении, метеоризме, язвенном колите, геморрое, эпилепсии.

Наружно применяют в виде примочек и компрессов из измельченных листьев как кровоостанавливающее, ранозаживляющее, болеутоляющее и противовоспалительное средство при язвах, гнойных ранах, ушибах, растяжениях и вывихах.

ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Artemisia vulgaris L.*

Полин звичайний, чорнобиль (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневища вертикально расположенные, многоглавые, древеснеющие, мощные, с многочисленными боковыми корнями бурого цвета. Стебель мощный, ребристый, буро-фиолетовый (в отличие от полыни горькой), внизу деревянистый, высотой до 150 см и более. Листья крупные, длиной до 15 см, очередные, сверху темно-зеленые, голые, снизу — беловойлочно-опушенные, сероватые, перистораздельные; верхние стеблевые листья цельные. Цветки очень мелкие, розовые или красноватые, трубчатые, собраны в корзинки до 4 мм в диаметре, которые, в свою очередь, образуют поникающие метельчатые соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в июле—августе. Плод — мелкая голая (без опушения) семянка. На территории Украины и России растение встречается почти повсеместно, особенно на Полесье и в Лесостепи, предпочитает влажные почвы, часто растет по берегам водоемов.

С лечебной целью используется трава и корни полыни обыкновенной (*Herba et radix Artemisiae vulgaris*). В них содержится эфирное масло, дубильные вещества, каротин, витамин С, алкалоиды, дубильные вещества, смолы, сесквитерпеновые сапонины, следы кумаринов.

Применение. В медицинской практике препараты полыни обыкновенной применяются для улучшения аппетита, как успокаивающее средство при неврастении, как спазмолитическое при спастических колитах, диспепсии. В народной медицине используется как потогонное, глистогонное и возбуждающее аппетит средство. Трава полыни входит в состав микстуры Здренко. Полынь используется также в винодельческой промышленности. На рубеже XIX—XX вв. была особенно популярна благодаря массовому увлечению европейцев абсентами.

Кроме полыни обыкновенной и полыни горькой в народной и научной медицине используют и другие виды полыней: полынь

крымскую — при лечении сердечной недостаточности и полынь метельчатую — при лечении почечнокаменной болезни.

ПРОСВИРНИК ЛЕСНОЙ, МАЛЬВА ЛЕСНАЯ

❖ *Malva silvestris L.*

Мальва лісова, калачики лісові (*укр.*)

Семейство Мальвовые — Malvaceae

Двулетнее, иногда однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, длинный, разветвленный. Стебель прямостоячий, ветвистый, крепкий, высотой до 1 м. Листья очередные, длинночерешковые, пяти-семилопастные, с зубчатыми долями. Все растение густо опушено жесткими волосками. Цветки крупные, до 40 мм в диаметре, актиноморфные, розовые, собраны в немногочисленные пучки в пазухах листьев; венчик цветка с глубоковыемчатыми лепестками. Цветение — в июне—августе. Плод — в недозрелом виде спайное соплодие из отдельных, собранных вместе сегментов; при созревании распадается на односемянные морщинистые плодики. На территории Украины просвирник распространен повсеместно, в России — в европейской части, Западной Сибири, Средней Азии. Растет на пустырях, в садах, вдоль дорог, в изреженных кустарниках.

С лечебной целью используют цветки и листья, реже — корни растения. В их составе значительное количество дубильных веществ и слизей, около 2 % сахаров, каротин, аскорбиновая кислота, гликозид мальвин и дигликозид мальвидин. Растение оказывает мягчительное, отхаркивающее, седативное и болеутоляющее действие, по химическому составу и фармакологическим свойствам близко к алтею лекарственному.

Применение. Препараты мальвы лесной используют только в народной медицине. Настой и отвар цветков и листьев применяют при лечении сухого кашля, воспалительных процессов в дыхательных путях и желудочно-кишечном тракте; используют при лечении болезней селезенки. Наружно отвар просвирника в смеси

с алтеем лекарственным и коровяком скипетровидным используют для ванн и компрессов при кожных заболеваниях, ожогах, геморрое; для полосканий при ангине и простудных заболеваниях.

Просвирник пренебреженный и просвирник приземистый применяют аналогично.

ПРОСТРЕЛ ЛУГОВОЙ, СОН-ТРАВА

❖ *Pulsatilla pratensis L.*

Сон-трава, сон лучний (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище мощное, вертикально расположенное, переходящее в стержневой корень, глубоко уходящий в почву. Прикорневые листья длинночерешковые, розеточные, глубоко надрезанные на три двухраздельных сегмента с заостренными зубчатыми дольками. Цветки расположены на прямостоячих густо серебристо опушенных в начале цветения безлистных цветоносах; они крупные, до 4 см длиной, шестилепестковые, спайные у основания, колокольчатой формы, сине-фиолетового цвета. Цветение — в апреле—мае. Растение встречается на всей территории Украины, в Западной Сибири и европейской части России, обычно растет на склонах холмов, балок, на хорошо освещенных рано прогреваемых весной местах. Культивируется как высокодекоративное раноцветущее растение.

С лечебной целью используют надземную часть сон-травы, собранную во время цветения. В траве прострела содержатся тритерпеноиды, стероид ситостерин, ранункулин, органические кислоты, эфирное масло, следы алкалоидов, витамины, антоцианы.

Применение. В народной медицине препараты прострела используют при бессоннице, расстройствах нервной системы, при женских заболеваниях, бронхите, коклюше, бронхиальной астме. Используется главным образом настой травы. Наружно его используют при лечении кожных заболеваний, для промывания ран и ссадин (прострелу присущи бактерицидные и фунгицидные свойства).

Противопоказано применение препаратов прострела внутрь при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени и почек.

Растение считается ядовитым.

ПУПАВКА КРАСИЛЬНАЯ

❖ *Anthemis tinctoria L.*

Ромашка жовта, пукавка фарбувальна (*укр.*)

Семейство Астровые (*Сложноцветные*) — *Asteraceae* (*Compositae*)

Многолетнее травянистое растение. Корневище веретенообразное, расположенное вертикально, многоглавое, слегка ветвистое. Стебель

прямостоячий или приподнимающийся, ветвистый в верхней части, войлочно опушенный по всей длине, высотой до 80 см. Листья, спирально расположенные на стебле, — сидячие, дважды перисторассеченные на складчато-сжатые ланцетные дольки, серовато-зеленые, опушенные прижатыми волосками. Цветки насыщенно-желтые, собраны в корзинки до 30 мм в диаметре на верхушках стеблей; срединные цветки трубчатые, обоеполые, краевые — ложноязычковые, женские (пестичные). Цветение — в июне—августе. Плод — ребристая семянка до 5 мм длиной. В Украине, Беларуси и России встречается повсеместно на лугах, обочинах дорог, на залежных землях. Часто выращивается как неприхотливое декоративное растение.

С лечебной целью используется трава пупавки красильной, в которой содержатся гликозиды, эфирное масло, кверцитрин.

Применение. В народной медицине ограниченно используется при расстройствах нервной системы, как средство от кашля, при катарах верхних дыхательных путей, при нарушениях менструального цикла. Наружно используют отвар для компрессов и мытья головы при головных болях. Растение известно также своими инсектицидными свойствами, подобными свойствам пиретрума.

Кроме пупавки красильной в Украине встречаются и другие представители этого рода: пупавка русская и пупавка вонючая, или собачья. Все они ограниченно применяются в народной медицине.

ПУСТЫРНИК ПЯТИЛОПАСТНЫЙ, ПУСТЫРНИК СЕРДЕЧНЫЙ

❖ *Leonurus quinquelobatus Gilib.* (*L.cardiaca L.s.l.*)

Пустирник звичайний, собача кропива (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневая система представлена укороченным, почти вертикальным неветвящимся корневищем, переходящим в мощный стержневой корень с многочисленными придаточными корнями. Стебель (или несколько стеблей) прямостоячий, четырехгранный, разветвленный в верхней части, густо

волосисто-опушенный. Листья супротивные, черешковые, опушенные, сверху темно-зеленые, снизу сероватые; пальчаторассеченные на три-пять долей, крупнозубчатые по краю; верхние стеблевые листья ланцетные. Цветки мелкие, неправильные, с внешней стороны густо опушенные, с розовой верхней и желтоватой нижней губой, собраны в мутовки в пазухах верхних листьев. Цветение — с мая по сентябрь, плод состоит из четырех распадающихся при созревании коричневых трехгранных орешков. На территории Украины и России пустырник распространен повсеместно, растет на довольно сухих почвах на свалках, пустырях, выгонах, залежных землях, у населенных пунктов, вдоль дорог и т. д.

С лечебной целью используется надземная часть пустырника. В траве содержатся алкалоиды, флавоноиды (кверцетин, рутин, квинквелозид), сахара, горечи, дубильные вещества, эфирное масло, витамины, сапонины и др. Наибольшую ценность в терапевтическом отношении представляют флавоноиды. Препараты пустырника оказывают седативное и нейролептическое действие.

Применение. В виде настоек, настоев и экстракта пустырник часто применяют совместно с валерианой лекарственной, действие этих растений сходно. Назначается при повышенной нервной возбудимости, сердечно-сосудистых неврозах, при гипертонической болезни в начальной стадии. В народной медицине настои и отвары пустырника часто применяются совместно с мелиссой лекарственной как сердечное, успокаивающее, спазмолитическое средство, а также при нарушениях менструального цикла и для улучшения работы желудочно-кишечного тракта.

ПЫРЕЙ ПОЛЗУЧИЙ

❖ *Agropyron repens L.*

Пирій плазкий, пирій звичайний (*укр.*)

Семейство Мятликовые (***Злаковые***) —
Poaceae (***Gramineae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, ползучее, узловатое, горизонтально расположенное. Стебли многочисленные,

приподнимающиеся или прямостоячие, гладкие, голые, облиственные. Листья узколинейные, шершавые, зеленые с сизо-голубым отливом. Цветки собраны в простой двухрядный колос. Цветение — в июне—июле. Плод — зерновка.

В Украине, России и Беларуси пырей распространен повсеместно, во всех почвенно-климатических зонах, на полях — как злостный корневищный сорняк, на лугах и пастбищах — как ценное злаковое кормовое растение.

С лечебной целью используют корневища пырея (*Rhisoma graminis*), заготовленные ранней весной или осенью. В них содержится значительное количество углеводов (тритицин, фруктоза, инозит), агропирен, каротин, сапонины, жирное и эфирное масла и другие вещества.

Препараты пырея оказывают обволакивающее и легкое слабительное действие.

Применение. Водный отвар корней пырея используют при недержании мочи, нарушениях менструального цикла, при лихорадке и желтухе; применяют наружно в виде ванн при диатезе, экземах. Корневища пырея входят в состав мочегонных травяных сборов.

РАКИТНИК РУССКИЙ

❖ *Chamaecyticus ruthenicus L.*

Зіновать руська (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее растение, листопадный кустарник. Побеги прутьевидные, с серой или серовато-бурой корой, высотой 0,6—2 м. И побеги, и старые ветви покрыты серовато-белым опушением. Листья тройчатые, с эллиптически-ланцетными листочками, до цветения слаборазвитые. Цветки зигоморфные, светло-желтые, с крупным флагом, собраны в многоцветковые безлистные колосовидные кисти в пазухах листьев. Цветение — в мае—июне. Плоды — опушенные бобы. В Украине встречается на всей территории на склонах балок, холмов, вдоль дорог, часто на каменистых и бедных песчаных почвах, в Беларуси — повсеместно, в России — в европейской части, Западной Сибири.

С лечебной целью используют листья и цветки растения. Основным действующим веществом, содержащимся в них, является гликозид цитизин, кроме того, имеются аскорбиновая кислота, лупанин, гидроксилупанин. Препараты растения оказывают возбуждающее действие на дыхательный центр, стимулируют надпочечники, повышают артериальное давление, увеличивают двигательную активность.

Применение. В виде настоя назначают при сильном кашле, бронхиальной астме, головных и сердечных болях, заболеваниях почек, желтухе, при туберкулезе легких.

Растение ядовито.

РАСТОРОПША ПЯТНИСТАЯ

❖ *Silybum marianum* (*L.*) *Gaertn.*

Росторопша плямиста (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Однолетнее или двулетнее травянистое растение. Корень мощный, веретенообразный. Нижние листья розеточные, крупные, длиной

до 80 см, шириной до 30 см, зеленые с крупными белыми пятнами, блестящие, эллиптические, перисто-лопастные; все листья по краю зубчатые, с острыми желтоватыми колючками. Стебель мощный, прямостоячий, ребристый, высотой до 1,5 м, с войлочным опушением. Цветки мелкие, лиловые или желтоватые, трубчатые, обоеполые, собраны в верхушечные корзинки с черепитчатой колючей оберткой. Цветение — в июле—августе. Плоды — многочисленные семянки с хохолком.

Родиной расторопши является Средиземноморье, откуда она распространилась на все континенты. В Украине встречается на всей территории, в России — в европейской части, обычно как агрессивный сорняк на пустырях, свалках и т. д; для получения лекарственного сырья культивируется в специализированных хозяйствах.

С лечебной целью используются плоды и семена расторопши. Основными действующими веществами являются флавоноиды и флаволигноны, сумма которых называется силимарин. Кроме того, в семенах содержится до 30 % жирного масла и биогенные амины тирамин и гистамин.

Применение. Препараты расторопши в виде масла, таблеток («Силибор») и настойки применяются при лечении заболеваний печени (гепатиты, цирроз, токсические поражения). Побочных эффектов не выявлено.

РЕВЕНЬ ТАНГУТСКИЙ

❖ *Rheum palmatum L. var tanguticum Maxim.*

Ревінь тангуцький (*укр.*)

Семейство Гречишные — Polygonaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище очень мощное, узловатое, многоглавое, мясистое, массой до 10 кг, диаметром до 10 см, с мясистыми шнуровидными корнями. Стебель мощный, крепкий, цилиндрический, внутри полый, высотой до 2 м, неопушенный. Прикорневые листья очень крупные, черешковые, вместе с черешком достигающие 1,5 м длины при длине листовой пластинки

до 80 см, и ширине — до 75 см. Листовая пластинка перистонадрезанная. Стеблевые листья очередные, по размерам значительно уступают прикорневым. Цветки мелкие, актиноморфные, белые или розовые, собраны в крупную верхушечную метелку. Цветение — в июне—июле. Плод — красно-бурый трехгранный орешек с крыльями на гранях, длиной до 1 см. В дикорастущем виде ревень встречается на территории Китая, в Украине и России культивируется в специализированных хозяйствах в лесостепной зоне, предпочитает хорошо увлажненные плодородные почвы, на одном месте может расти 20 и более лет.

С лечебной целью используются корневища с корнями, полученные от растений в возрасте не менее трех-четырех лет. В них содержится до 11 % танногликозидов (гликогадллин, тетрарин) и 3—6 % антрагликозидов (хризофанеин, реохризин), а также хризофановая кислота, реин.

Применение. Высушенные корневища, порошок и экстракт корневищ ревеня применяют как слабительное средство при хронических запорах. Используют для приготовления специальных препаратов слабительного действия для детей. Ревень используется в кулинарии как малораспространенное овощное растение (съедобной частью являются черешки листьев).

РЕДЬКА ПОСЕВНАЯ

❖ *Raphanus sativus L.*

Редька посівна (*укр.*)

Семейство Капустные (***Крестоцветные***) —
Brassicaceae (***Cruciferae***)

Двулетнее (при определенных погодно-климатических условиях однолетнее) травянистое растение. В первый год жизни образует розетку прикорневых лироподобных перисторассеченных, жестко опушенных листьев и сочный корнеплод. Корнеплоды традиционных сортов имеют снаружи черный цвет, однако существуют и так называемые летние сорта белой редьки. На втором году жизни образуется прямостоячий цветоносный стебель высотой до 1 м. Цветки четырехлепестковые, правильные, белые, иногда фиолетовые или сиреневые, двуполые, собраны в кисть на верхушке стебля. Цветение — в мае. Плод — стручок, созревание плодов — в июне. На территории Украины культивируется во всех регионах как овощная культура, но лучшие условия для возделывания редьки в северных и западных регионах, в Лесостепи.

С лечебной целью используют корнеплоды и семена редьки. В корнеплодах содержатся лизоцим, рафанол, сахара (до 6 %), клетчатка, витамин С, соединения калия (до 1200 мг%), кальция, магния, холин, пуриновые соединения, эфирное масло.

Применение. В народной медицине растение используется с древнейших времен. Сок редьки и свежие корнеплоды при внутреннем употреблении стимулируют секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта, улучшают перистальтику, применяются при гиперацидных гастритах и атонии кишечника. Холин, содержащийся

в корнеплодах, препятствует жировой деградации печени. Редька проявляет желчегонные свойства, используется при лечении желчекаменной болезни, цирроза печени, гепатитов. Традиционно используют сок редьки с медом при кашле, а наружно сок применяют для растираний при невралгиях, миозитах, радикулите.

Близкородственные растения — редис, дайкон и лобо — обладают аналогичными свойствами.

Редька и ее препараты противопоказаны при энтероколите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, некоторых заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

РЕПА ОГОРОДНАЯ

❖ *Brassica rapa L.*

Ріпа городня (*укр.*)

Семейство Купустные (***Крестоцветные***) —
Brassicaceae (***Cruciferae***)

Двулетнее травянистое растение. В первый год жизни образуются розетка прикорневых листьев и сочный корнеплод. Листья черешковые, лировидно-перистораздельные, с более крупной верхушечной долей. Стеблевые листья сидячие, сизо-зеленые, немногочисленные, очередные, продолговато-сердцевидные. Цветоносный стебель, образующийся на втором году жизни, несет на верхушке кистевидное соцветие из мелких, правильных, четырехраздельных цветков желтого цвета. Цветение — в мае—июне. Плод — стручок с длинным шиловидным носиком. Корнеплод репы, достигающий значительных размеров и массы, снаружи окрашен в желтый или белый цвет. С древнейших времен репа занимала важнейшее место в рационе славянских народов, заменяя неизвестный еще картофель. В наши дни репа имеет большее значение как кормовая культура. Являясь растением длинного дня, на территории Украины репа выращивается ограниченно в северных и западных регионах.

С лечебной целью используются корнеплоды репы огородной. В них содержится до 6,5 % сахаров, до 2 % белка, горчичное масло,

аскорбиновая кислота, каротин, комплекс витаминов, органические кислоты, минеральные соединения кальция, натрия, магния, фосфора, железа и других элементов.

Применение. Растение обладает мочегонным, обезболивающим, антисептическим и ранозаживляющим действием. В народной медицине применяется как витаминное средство, полезна при хронических запорах как легкое слабительное. Сок репы, сваренный с сахаром, используется при лечении кашля, охриплости, при бронхиальной астме, ларингитах, бессоннице. Отвар репы применяется как мочегонное и отхаркивающее средство. Измельченные вареные корнеплоды используют для компрессов при болях в суставах, подагре, ревматизме. Мазь из свежей репы с гусиным жиром применяют при лечении обморожений.

Горчичное масло, содержащееся в корнеплодах репы, обладает раздражающим действием, поэтому репа противопоказана при острых воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

РЕПЕЙНИЧЕК АПТЕЧНЫЙ

СИНОНИМ: РЕПЕШОК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Agrimonia eupatoria L.*

Парило звичайне, реп’ях звичайний (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, утолщенное. Стебель прямостоячий, высотой 40—80 см, иногда разветвленный, шерстисто-опушенный. Прикорневые листья собраны в розетку; ниже розеточных находятся редуцированные стеблевые чешуевидные листочки; остальные стеблевые листья очередные, уменьшающиеся к верхушке стебля. Все листья опушенные, прерывистоперистые, с яйцевидными пильчатыми листочками. Цветки актиноморфные, мелкие, желтые, пятираздельные, собраны в длинное верхушечное колосовидное соцветие. Цветение — в июне—июле. Плоды — мелкие орешки, заключенные в шиповатый гипантий. На территории Украины и Беларуси репейничек аптечный

распространен повсеместно на сухих склонах, лесных опушках и полянах, пастбищах, лугах, среди кустарников, в России — в подобных местах обитания на всей европейской части.

С лечебной целью используется трава, заготовленная во время цветения. В ее состав входят до 0,2 % эфирного масла, флавоноиды, горечи, дубильные вещества (до 5 %), холин, кумарины, витамины К и Е, комплекс органических кислот, слизи, минеральные соединения. Препараты растения оказывают желчегонное, вяжущее, противовоспалительное действие.

Применение. Препараты репейничка аптечного в виде водных настоев используют при лечении заболеваний печени (хронический гепатит, холецистит, желчекаменная болезнь). Наружно настой травы применяют для полосканий при воспалительных процессах ротовой полости и горла (ангина, гингивит, пародонтоз, стоматит).

РОЖЬ ПОСЕВНАЯ

❖ *Secale cereale L.*

Жито посівне (*укр.*)

Семейство Мятликовые (***Злаковые***) —
Poaceae (***Gramineae***)

Однолетнее травянистое растение. Корневая система мочковатая, хорошо развитая, отдельные корни проникают на глубину 1 м и более, но основная масса корней сосредоточена в пахотном слое почвы. Стебель — соломина высотой до 2 м. Листья узколинейные, очередные, влагалищные, темно-зеленые с синевато-пурпурным оттенком. Плод — зерновка. Общеизвестная, выращиваемая с древнейших времен зерновая культура, один из основных хлебных злаков, сыгравший огромную роль в историческом становлении восточно-славянских народов. В Украине выращивается повсеместно, имеются как озимые, так и яровые формы. Используется как продовольственная, кормовая культура и как лекарственное растение.

С лечебной целью используют зерно, отруби и зеленые побеги ржи. В зерне содержатся до 68 % углеводов, белки, жиры, состоящие

из триглицеридов олеиновой, пальмитиновой и стеариновой кислот, витамины группы В, витамин Е, клетчатка, минеральные соединения кальция, марганца, меди, фосфора, цинка, а также ферменты, никотиновая кислота.

Применение. При употреблении ржаного хлеба (в отличие от пшеничного) уменьшается вероятность сердечных заболеваний за счет присутствия в ржаной муке липоевой кислоты, которой нет в пшенице. Ржаной хлеб обладает мягким слабительным действием. Отвар ржаных отрубей в народной медицине применяют при диарее и как мягчительное средство при бронхитах. Очень хорошим общеукрепляющим и тонизирующим действием обладает проросшее зерно ржи, богатое биологически активными веществами, ферментами и витаминами. Отвар зеленых стеблей рекомендуется при пониженной кислотности желудочного сока, а также при запорах. Ржаной хлеб и ржаные отруби рекомендованы для лечебных диет при сахарном диабете. Тесто или горячий мякиш ржаного хлеба издавна использовались в народной медицине при лечении кожных нарывов, фурункулов.

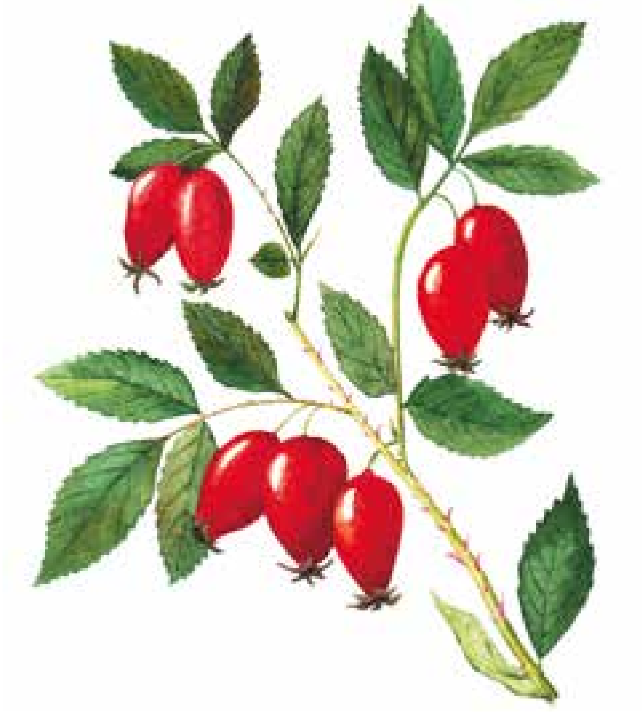
РОЗА СОБАЧЬЯ, ШИПОВНИК

❖ *Rosa canina L.*

Шипшина, шипшина собача (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее листопадное растение, кустарник высотой до 2 м. Стволики и побеги густо покрыты парными или мутовчато расположенными сжатыми изогнутыми шипами; на молодых побегах шипы особенно обильные, мелкие. Кора старых ветвей серая, на молодых побегах кора зеленоватая или красно-бурая. Листья очередные, непарноперистые, с пятью-семью зубчатыми по краю листочками, на длинных черешках, листочки яйцевидной формы, заостренные на верхушке. Цветки обычно розовые, реже белые, актиноморфные, крупные до 8 см в диаметре, с пятираздельным венчиком, собраны в малоцветковые щитковидные соцветия; редко одиночные. Цветение в мае — начале июня. Ложные плоды круглые



или продолговато-эллиптические, гладкие, блестящие, ярко-красные, сочные, с множеством деревянистых волосистых плодиков — орешков. Созревание плодов — в августе—сентябре. Встречается на всей территории Украины, Беларуси и России, растет на склонах балок, в оврагах, на лесных опушках, в лесополосах и т. д.

Кроме розы собачьей в научной и народной медицине используются и другие, часто более многочисленные виды шиповников — роза морщинистая (*Rosa rugosa Thunb*.), роза майская (*Rosa majalis Herrm*.), роза коричная (*Rosa cinnamomea L*.), которые в народе объединяют под общим названием — шиповник.

С лечебной целью используют плоды. В их мякоти содержится комплекс витаминов (С, B_2, каротин, К, Р), в семенах — токоферолы (витамин Е), каротин, жирное масло. Содержание аскорбиновой кислоты достигает 10 % от абсолютно сухой массы плодов. Кроме того, в шиповнике содержатся пектины, органические кислоты, сахара и другие вещества.

Применение. Плоды шиповника используют для приготовления множества препаратов — экстрактов, сиропов, таблеток, драже, каротилина, галаскорбина, холосаса, аскорбиновой кислоты, масла. Применяют их преимущественно как поливитаминное средство при авитаминозах и гиповитаминозах, а также при заболеваниях, лечение которых требует повышенного потребления витаминов.

В народной медицине отвар плодов в виде чая употребляют при самых различных заболеваниях почек, печени, мочевого пузыря, сердца, при гипертонической болезни, гиперацидных гастритах и др. Масляный экстракт плодов используют наружно при трофических язвах, экземах, дерматозах, геморрое и других заболеваниях. Шиповник неизменно входит в состав витаминных травяных сборов.

РОЗМАРИН ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Rosmarinus officinalis L.*

Розмарин лікарський (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение или полукустарник. Ветви прямостоячие, длиной до 0,5—1,5 м, молодые побеги четырехгранные, опушенные; старые веточки — округлые, древеснеющие. Листья вечнозеленые, мелкие, короткочерешковые, линейные, тупоконечные, с завернутыми краями, жестко-кожистые, с нижней стороны опушенные. Цветки с голубовато-фиолетовым венчиком, опушенным снаружи, неправильные, собраны по 5—10 в кистевидные соцветия на верхушках побегов. Цветение — в апреле—мае. Плод — округло-яйцевидный гладкий коричневатый четырехорешек, созревание плодов в сентябре. Родиной розмарина является Средиземноморье, где он растет на солнечных каменистых склонах, в открытом грунте выращивается в Крыму, часто культивируется как комнатное или кадочное декоративное и пряноароматическое растение.

С лечебной целью используются листья и молодые облиственные побеги розмарина. В них содержится эфирное масло (до 2 %), алкалоиды, розмариновая кислота, флавоноиды лютеолин и апигенин, до 8 % дубильных веществ, тритерпены, кофейная и хлорогеновая кислоты. В состав эфирного масла розмарина входят пинены, цинеол, борнеол, камфора, кариофилен, борнилацетат.

Применение. Препараты розмарина оказывают спазмолитическое, желчегонное и тонизирующее действие. С лечебной целью розмарин применялся очень широко со времен Древнего Рима и до позднего Средневековья, позже растение несколько утратило свою популярность. В настоящее время препараты розмарина используют в виде настоек, настоев и отваров при спастических колитах желудочно-кишечного тракта, спазмах желчевыводящих путей, желчного пузыря, мочевыводящих путей. Применяют розмарин также при общей ослабленности организма, сердечных неврозах, как средство, регулирующее менструальный цикл, при климактерическом синдроме, а в смеси с лавандой колосковой — при гипертонической болезни и после инсультов. Используется и эфирное масло розмарина, растение применяется в косметической, пищевой промышленности, в ароматерапии.

РОМАШКА АПТЕЧНАЯ, РОМАШКА ОБОДРАННАЯ

❖ *Matricaria recutita L., Matricaria chamomilla L.*

Ромашка лікарська (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Однолетнее травянистое растение. Корень тонкий, стержневой, малоразветвленный. Стебель ветвистый от основания, прямой, бугорчато-ребристый, полый внутри, высотой 15—60 см. Листья очередные, сидячие, дважды или трижды перисторассеченные на узкие линейные дольки. Цветки собраны в некрупные корзинки, расположенные на верхушках стеблей и побегов на длинных цветоносах. Срединные цветки корзинок трубчатые, желтые, обоеполые;

краевые цветки язычковые, белые, женские (пестичные), с отогнутыми книзу лепестками. Цветение — с мая по сентябрь. Плоды — изогнутые светлоокрашенные семянки. На территории Украины и России ромашка аптечная распространена повсеместно, больше — в южных регионах, растет на пустырях, залежных землях, выгонах, в садах и т. д.

С лечебной целью используют цветочные корзинки ромашки (*Flores Chamomillae*). В них содержится до 0,8 % эфирного масла, в состав которого входят монотерпены и сесквитерпены, флавоноиды (кверцимеритрин, патулитрин и др.), холин, кумарины, комплекс органических кислот, слизи, смолы, дубильные вещества. Препараты ромашки аптечной оказывают противовоспалительное, спазмолитическое, антисептическое действие, способствуют регенерации тканей.

Применение. Ромашку аптечную в виде водного настоя принимают внутрь при остром и хроническом гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хроническом энтерите и колите. Очень широко применяют препараты ромашки наружно: для полосканий при стоматитах, пародонтозе, гингивите, катаральной ангине, фарингите, ларингите, при экземах и перхоти, при геморрое и вагините и т. д. В народе используют также инсектицидные свойства ромашки аптечной, применяется она в косметической и мыловаренной промышленности.

РОСЯНКА КРУГЛОЛИСТНАЯ

❖ *Drosera rotundifolia L.*

Росянка круглолиста, росичка (*укр.*)

Семейство Росянковые — Drosseraceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище слаборазвитое, нитевидное. Стебель безлистный, прямостоячий, высотой до 15 см, красноватый. Листья розеточные, длинночерешковые, округлые; на верхней стороне листовых пластинок находятся кранные железки с клейкой жидкостью. Эта жидкость выполняет роль клея и пищеварительных ферментов: если на лист росянки садится насекомое, оно приклеива-

ется к нему, лист быстро сворачивается и насекомое «переваривается» и усваивается растением (росянка относится к уникальной группе насекомоядных растений). Цветки росянки мелкие, пятираздельные, белые, собраны на верхушках стеблей в односторонние кисти. Цветение — в июле—августе. Плод — трехстворчатая коробочка со светло-бурыми продолговатыми семенами. В Украине встречается в лесистых местах в северных и западных областях, в Беларуси — повсеместно, в России — на всей европейской территории (кроме крайнего юга), в Западной и Восточной Сибири, на Дальнем Востоке. Растет на хорошо увлажненных почвах болот, по берегам водоемов, в других подобных местах.

С лечебной целью используется трава, которую заготавливают в период цветения. В ее состав входит фермент, расщепляющий белки, хинон плюмбагин, дубильные вещества, холин и ацетилхолин, комплекс органических кислот, минеральные соединения.

Применение. Растение оказывает спазмолитическое, отхаркивающее и бактерицидное действие. Водный настой и отвар травы росянки применяют при остром и хроническом бронхите, ларингите, бронхиальной астме. Применяют росянку также при лечении диареи, дизентерии и др.

В Украине, кроме росянки круглолистной, встречаются еще два представителя этого рода — росянка английская и росянка промежуточная. Эти виды растений обладают аналогичными фармацевтическими свойствами, однако запасы их в природе настолько малы, что о хозяйственном использовании не может быть и речи. Так, например, росянка промежуточная встречается только на двух-трех болотах на севере правобережного Полесья Украины.

РУТА ДУШИСТАЯ

❖ *Ruta graveolens L.*

Рута запашна, рута садова (*укр.*)

Семейство Рутовые — Rutaceae

Многолетнее травянистое растение, полукустарник. Стебли многочисленные, прямостоячие, у основания древеснеющие, высотой 30—50 см. Листья очередные, толстые, мясистые, дважды- или триждыперисторассеченные, серовато-зеленые, с точечными железками. Цветки мелкие, зеленовато-желтые, в щитковидных метельчатых соцветиях, на коротких цветоножках, актиноморфные, четырехчленные. Цветение — в июне—июле. Плод — туполопастная коробочка, густо покрытая железками. Растение имеет своеобразный запах, после высушивания напоминающий аромат розы. В Украине в дикорастущем виде встречается в Крыму; широко культивируется на всей территории как пряное и лекарственное растение. В России культивируется в южных регионах, в средней полосе — только в однолетнем цикле.

С лечебной целью используется трава руты, заготовленная во время цветения. В ней содержатся фурокумарины (псорален, ксантотоксин, рутамарин, бергаптен), алкалоиды (до 0,2 %), рутамин, гравеолин, арборин, эфирное масло, флавоноиды и другие вещества. Растение оказывает спазмолитическое, седативное, мочегонное и желчегонное действие.

Применение. Спиртовая настойка руты душистой применяется при нервных расстройствах, при спазмах желудка и кишечника, как желчегонное и глистогонное средство. Водный настой листьев используется для ванн при кожных заболеваниях. Препараты руты в народной медицине используют при сердечных заболеваниях, повышенном артериальном давлении, атеросклерозе, нехватке витамина Р, при варикозном расширении вен. Рута душистая входит в состав многих травяных сборов.

Растение ядовито, особенно в свежем (невысушенном) виде, при превышении рекомендуемых дозировок возможны тяжелые отравления.

РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Sorbus aucuparia L.*

Горобина звичайна (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Листопадное дерево высотой до 15 м, редко кустарник. Кора стволов и скелетных ветвей гладкая, серая, кора молодых побегов опушенная, почки конусовидные, темно-фиолетового цвета, опушенные. Листья очередные, черешковые, непарноперистые, с четырьмя-семью парами супротивно расположенных листочков; черешки листьев покрыты волосками; листочки продолговато-ланцетные, с верхней стороны матово-зеленые, снизу — серовато-зеленые. Цветки актиноморфные, пятираздельные, белые, ароматные, с запахом горького миндаля, собраны в густые щитковидные соцветия. Цветение — в мае. Плоды — сочные, оранжево-красные, блестящие мелкие яблочки с горько-терпким вкусом, созревают в сентябре и остаются на ветвях до зимы. В Украине, Беларуси и России распространена повсеместно, культивируется в полезащитных и декоративных насаждениях. Созданы культурные формы рябины с более крупными плодами и повышенным содержанием сахаров в них.

С лечебной целью используют плоды и листья рябины. В них содержится до 18 мг% каротина, до 200 мг% аскорбиновой кислоты, сорбитановая кислота, дубильные вещества, горечи, сахара, спирты, флавоноиды, изокверцитрин, рутин, а также соединения, проявляющие антибиотическую активность.

Применение. Препараты рябины оказывают противоцинготное, мочегонное и желчегонное действие. Применяют их при авитаминозах, мочекаменной болезни, тромбофлебите, болезнях почек, расстройствах пищеварения, гепатите, гепатохолецистите. Эффективна рябина при атонии толстого и тонкого кишечника, особенно у людей старшей возрастной группы. Зрелые плоды рябины после промораживания используют в свежем виде или в виде сока при гипертонической болезни, атеросклерозе. Рябина входит в состав витаминных сборов, используется в пищевой, кондитерской, ликеро-водочной промышленности.

Вследствие наличия парасорбиновой кислоты рябина при неумеренном употреблении может оказывать токсическое действие на организм.

РЯСКА МАЛАЯ

❖ *Lemma minor L.*

Ряска маленька (*укр.*)

Семейство Рясковые — Lemnaceae

Многолетнее травянистое водное растение. Морфологически ряска имеет очень упрощенное, примитивное строение. Растение состоит

из маленького, диаметром не более 10 мм, листовидного образования округлой формы, темно-зеленого цвета, плавающего на поверхности водоемов, и одиночного корешка. Размножается ряска главным образом вегетативным путем, цветет редко, в мае—июне. Распространена на всей территории Украины, Беларуси и России, растет в изобилии во всех типах водоемов со стоячей, хорошо прогреваемой водой, покрывая порой всю водную поверхность.

В растении содержится до 25 % протеина, ряска служит хорошим высокопитательным кормом для домашней водоплавающей птицы. Кроме белков, в растении содержатся антоцианы, флавоноиды, аскорбиновая кислота, соединения иода, меди, железа, брома, ванадия, кальция и других элементов.

Растение обладает десенсибилизирующим, спазмолитическим, жаропонижающим, мочегонным, вяжущим и кровоостанавливающим действием.

Применение. Используется только в народной медицине. В виде отвара применяют при аллергии, крапивнице, отеках, как мочегонное средство. Наружно ряску используют при лечении кожных заболеваний, при укусах ядовитых насекомых и змей, в офтальмологии — при конъюнктивитах.

САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

❖ *Comarum palustre L.*

Вовче тіло болотне (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, длинное, древеснеющее, разветвленное. Стебли приподнимающиеся или восходящие, высотой до 30—70 см, укореняющиеся у основания, опушенные. Листья очередные, длинночерешковые, непарноперистые, с пятью-семью листочками; верхние стеблевые листья тройчатые. Все листочки зеленые, голые с верхней стороны и опушенные снизу, пильчатые по краю, продолговатые, заостренные на вершине. Цветки актиноморфные, двуполые, пятилепестковые, с темно-красным венчиком, собраны в щитковидные соцветия на верхушках

стеблей. Цветение — с мая по август. Плод — многоорешек. На территории Украины сабельник встречается в лесной зоне, иногда в Лесостепи, растет по берегам водоемов, на болотах, сырых низинных лугах, в республике Беларусь — повсеместно, в Российской Федерации — от Черного моря до Крайнего Севера.

С лечебной целью используют листья и корни сабельника. В них содержатся дубильные вещества, флавоноиды, эфирное масло. Растение оказывает кровоостанавливающее, жаропонижающее, вяжущее и болеутоляющее действие.

Применение. Сабельник болотный используется только в народной медицине. В виде водного настоя и отвара применяют при кровотечениях различного происхождения, внутрь — при расстройствах желудочно-кишечного тракта. Отвар корневищ и травы

используют для полосканий при зубной боли, воспалении десен, ангине, внутрь — при маточных кровотечениях, туберкулезе легких, нарушениях обмена веществ. Наружно применяют в виде компрессов и примочек при лечении ран и язв, опухолей и геморроидальных узлов.

СВЕКЛА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Beta vulgaris L.*

Буряк (*укр.*)

Семейство Маревые — Chaenopodiaceae

Двулетнее травянистое растение. В первый год жизни образует розетку прикорневых листьев и крупный, сочный корнеплод, на втором году образуется генеративный (цветоносный) стебель, цветки и семена. Общеизвестная овощная, техническая и кормовая культура. В зависимости от хозяйственного назначения различают три группы сортов свеклы — столовые (именно они используются в лечебных целях), технические (сахарная свекла) и кормовые. Украина является одним из мировых центров свеклосеяния.

С лечебной целью используют корнеплоды и листья свеклы. В корнеплодах содержатся сахара — глюкоза, фруктоза и сахароза (до 25 %), лимонная, щавелевая и яблочная кислоты, витамины группы B, C, P, PP, каротиноиды, пантотеновая и фолиевая кислоты, пектины, пигменты, соли железа, калия, магния, марганца, иода, кобальта, аминокислоты валин, лизин, аргинин, гистидин и др. Свекла оказывает мягкое слабительное действие, улучшает перистальтику кишечника, благотворно влияет на процессы кроветворения, работу печени.

Применение. В народной медицине свекла в свежем виде и после кулинарной обработки рекомендуется как средство, улучшающее обмен веществ, при лечении и для профилактики атеросклероза, как слабительное средство, а также используется для простого метода лечения хронического ринита (насморка). Наружно используют кашицу из измельченных листьев и корнеплодов при лечении кожных нарывов и язв.

СЕЛЬДЕРЕЙ ДУШИСТЫЙ

❖ *Apium graveolens L.*

Селера запашна (*укр.*)

***Семейство Сельдерейные** (**Зонтичные**) —*
***Apiaceae** (**Umbelliferae**)*

Двулетнее травянистое растение. Корень мясистый, толстый, стержневой, с разветвлениями. В первый год жизни развивается крупная розетка длинночерешковых листьев длиной до 30—50 см. Листья перисторассеченные, сверху глянцево-блестящие, снизу матовые. На второй год развивается генеративный (цветоносный) стебель высотой до 1 м. Стебель мощный, ветвистый, сочный, зеленый, бороздчатый, облиственный. Цветки мелкие, актиноморфные, белые или кремовые, собраны в многочисленные зонтиковидные соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — коричневая округлая двусемянка длиной до 2 мм. Все растение имеет характерный запах. Родиной сельдерея является Средиземноморье, в Украине и России выращивается повсеместно как пряновкусовая неприхотливая культура, часто дичает и растет вблизи населенных пунктов на бросовых, засоренных землях.

С лечебной целью используются корни, трава и плоды сельдерея. В корнях содержится до 3 % сахаров, до 0,1 % эфирного масла, аспарагин, манит, слизи, комплекс минеральных соединений кальция, магния, натрия, органические кислоты, фурокумарины, витамины C, B_1, B_2, PP. Растение оказывает мочегонное и противоаллергенное действие.

Применение. Сельдерей используют только в народной медицине. В наибольшей степени лечебные свойства проявляются при использовании свежего, а не высушенного сырья. Отвар корней и семян применяют при лечении гастритов, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, используют его также при запорах и как эффективное средство при лечении заболеваний почек, подагры, при аллергических сыпях и дерматитах (как внутрь, так и наружно). При кожных болезнях и для лечения гнойных ран и язв применяют свежие растертые листья. Из сока надземной части растения получают мочегонный препарат «Сукапиграведол».

СИВЕЦ ЛУГОВОЙ

❖ *Succisa pratensis Moench.* (*Scabiosa succissa L.*)

Свербіжник, свербіжна трава (*укр.*)

Семейство Ворсянковые — Dipsacaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, косо расположенное, усеченное, со шнуровидными мочковатыми корнями. Стебель прямостоячий, высотой до 1 м, облиственный. Прикорневые листья длинночерешковые, ланцетные, стеблевые — сидячие, супротивные, ланцетные, гладкие, цельнокрайние, в количестве двух-трех пар. Цветки актиноморфные, четырехраздельные, голубовато-фиолетовые, собранные в верхушечные полусферические головчатые соцветия. Цветение — в июле—августе. Плоды — че-

тырехгранные орешки. В Украине встречается на всей территории, чаще в Лесостепи, северных и западных областях, в Беларуси и России — повсеместно в европейской части, Восточной и Западной Сибири; растет на окраинах болот, мокрых лугах, среди кустарников на достаточно увлажненных почвах.

С лечебной целью используются все части растения. В траве содержатся неизученный гликозид, сапонины, дубильные вещества. Препараты сивца лугового оказывают мочегонное, отхаркивающее, противовоспалительное действие.

Применение. В народной медицине корневища растения в толченом виде в смеси с сахаром или медом применяют при желудочных болях и как антигельминтное средство. Водный отвар всех частей растения принимают при головных болях, а также как отхаркивающее и мочегонное при простудных заболеваниях. Такой же отвар используют наружно для обмываний и примочек при кожных сыпях, гнойничковых поражениях кожного покрова, чесотке, при укусах ядовитых змей и насекомых.

СИНЕГОЛОВНИК ПЛОСКОЛИСТНЫЙ

❖ *Eryngium planum L.*

Миколайчики пласкі, синьоголов (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее травянистое растение. Корень стержневой, толстый, хорошо развитый, светлоокрашенный. Стебель — высотой до 40—80 см, гладкий, прямостоячий, ветвистый в верхней части. Прикорневые розеточные листья длинночерешковые, цельные, овальные; стеблевые листья трех-пятираздельные, с колючими зубчиками по краю. Все растение в начале вегетации зеленое, в дальнейшем постепенно приобретает сине-стальной цвет. Цветки голубоватые, мелкие, в яйцевидных головках, собранных в щитковидные соцветия на верхушках стеблей. Цветочные головки заключены в жесткие остистые обертки. Цветение в июле. Плод — яйцевидной формы. Растение встречается на большей части территории Украины, прак-

тически на всей территории России и Беларуси, растет на сухих лугах, пустырях, полянах, вдоль дорог, среди изреженных кустарников.

С лечебной целью используют надземную часть растения, реже — корни. В траве синеголовника содержатся сапонины, дубильные вещества, флавоноиды, эфирное масло.

Применение. Синеголовник используется преимущественно в народной медицине как отхаркивающее средство. В виде водного настоя и отвара применяется при лечении бронхитов, коклюша, а также при бессоннице; как полоскание — при зубной боли.

СИНЮХА ГОЛУБАЯ

❖ *Polemonium coeruleum L.*

Синюха блакитна (*укр.*)

Семейство Синюховые — Polemoniaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневая система представлена толстым, горизонтально расположенным корневищем и многочисленными мочковатыми корнями. Стебли прямостоячие, внутри

полые, неветвистые или ветвящиеся только в верхней части, высотой до 1—1,2 м. Листья очередные, крупные, непарноперистые, сложены из цельнокрайних, голых, яйцевидных листочков. Прикорневые и стеблевые листья черешковые, верхние стеблевые — сидячие. Цветки актиноморфные, пятичленные, колокольчатые, обоеполые, голубовато-фиолетовые, собраны в верхушечное метельчатое соцветие. Цветение — в июне—июле. Плод — сферическая трехгнездная многосеменная коробочка. В Украине встречается довольно редко, преимущественно на Полесье и в Северной Лесостепи, в России и Беларуси — в лесных регионах средней полосы в европейской части и Западной Сибири. Растет на влажных почвах лугов, болот, в зарослях кустарников.

С лечебной целью используют корневища с корнями. В их состав входят тритерпеновые сапонины (до 30 %), смолы, (1,28 %), комплекс органических кислот, жирное и эфирное масла, крахмал, минеральные соединения. Синюха оказывает седативное (успокаивающее) действие, по эффективности превышающее действие валерианы лекарственной в 8—10 раз.

Применение. Препараты синюхи в виде настоя, настойки и сухого экстракта применяются как эффективное отхаркивающее и успокаивающее средство. Их используют при остром и хроническом бронхите, бронхопневмонии, абсцессах легкого, неврастении, истерии, эпилепсии. В смеси с травой сушеницы болотной применяют при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

СКОПОЛИЯ КАРНИОЛИЙСКАЯ, ИЛИ КАВКАЗСКАЯ

❖ *Scopolia carniolica Jacq.*

Скополія карніолійська, мандрагора (*укр.*)

Семейство Пасленовые — Solanaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище мясистое, слаборазветвленное, горизонтально расположенное, длиной до 0,5 м, диаметром до 3 см; покрыто рубцами (следы отмерших листьев),

со шнуровидными корнями. Цилиндрические стебли, отходящие от верхушек корневищ, высотой до 50 см, вильчато-ветвистые, иногда опушенные, в нижней части несущие 10—13 редуцированных чешуевидных листьев. Стеблевые листья очередные, обратнояйцевидные, суженные к основанию в крылатый черешок, темно-зеленые, неопушенные. Цветки с трубчато-колокольчатым венчиком, снаружи вишнево-фиолетовые, внутри желтоватые, расположены по 1—3 на верхушках стеблей в пазухах парно сближенных листьев. Цветение — в марте—апреле. Плод — сферическая многосемянная коробочка до 1 см в диаметре. Надземная часть растения отмирает после созревания плодов (в июле). В целом растение несколько напоминает более известную белладонну. В Украине скополия карниолийская встречается в Закарпатье, Восточных Карпатах, на Волыни. На территории Российской Федерации произрастает в Западном Закавказье и Краснодарском крае.

С лечебной целью используют корни скополии. В них содержится комплекс тропановых алкалоидов: гиосциамин, скополамин, тропин, псевдотропин, скополетин и др.

Применение. Получаемые из скополии медицинские препараты скополамина гидробромид и атропина сульфат применяют при лечении заболеваний печени, почек, сердца, нервных расстройств и глазных болезней. Испоьзуют также при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, скополамин входит в состав препарата «Аэрон».

Растение ядовито.

СКУМПИЯ КОЖЕВЕННАЯ

❖ *Cotinus coggygria Scop.*

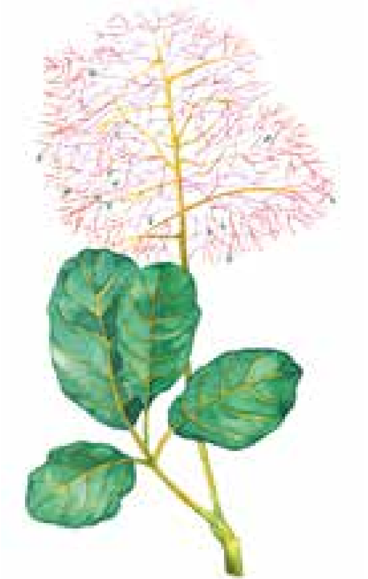
Скумпія звичайна, рай-дерево (*укр.*)

Семейство Сумаховые — Anacardiaceae

Многолетнее листопадное растение, кустарник или небольшое деревце высотой до 3—5 м. Крона шаровидной или зонтиковидной формы. Стволики и скелетные ветви покрыты серо-бурой корой, молодые побеги зеленые или красноватые, слабоопушенные, древесина желтая. Листья очередные, длинночерешковые, цельнокрайние, яйцевидные или овальные, плотные, кожистые, длиной до 8 см; снизу сизые, опушенные, сверху голые, зеленые, с тупыми заокругленными верхушками. При растирании листья издают запах, напоминающий запах чернил. Осенью листья приобретают багряно-фиолетовую окраску. Цветки многочисленные, мелкие, зеленоватые, собраны в рыхлые метельчатые соцветия длиной до 30 см. Цветение — в июне—июле. Плоды — сухие, мелкие, до 5 мм, обратнояйцевидные костянки темно-коричневого цвета. На территории Украины растение встречается в долинах рек Днестр, Южный Буг и Северский Донец, а также в Крыму, в России — на Кавказе; растет на сухих почвах холмов и склонов, на меловых и известняковых геологических обнажениях.

С лечебной целью используют листья скумпии, заготовленные в период цветения и несколько позже. В них содержится до 40 % дубильных веществ, большая часть которых представлена танином.

Кроме того, в листьях имеются флавоноиды, эфирное масло, галловая кислота.



Применение. Листья скумпии кожевенной служат сырьем для получения медицинского танина, который используется как вяжущее, антисептическое и противовоспалительное средство при заболеваниях ротовой полости, гортани, а также при лечении язв, ожогов, пролежней. Танин входит в состав множества препаратов, используемых при лечении катаров желудочно-кишечного тракта, при отравлении солями тяжелых металлов, при кожных заболеваниях.

СЛИВА ОБЫКНОВЕННАЯ, ИЛИ ДОМАШНЯЯ

❖ *Prunus domestica L.*

Слива звичайна (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Листопадное дерево высотой до 6—12 м. Кора стволов и скелетных ветвей серая или буроватая, кора молодых ветвей гладкая, красноватая. Крона округлая или яйцевидно-эллиптическая. Листья очередные, черешковые, эллиптические или обратнояйцевидные, темно-зеленые, опушенные снизу, мелкопильчатые по краю. Цветки актиноморфные, обоеполые, пятираздельные, довольно мелкие, с белым венчиком, в пучках по три-пять штук. Цветение — в апреле—мае. Плод — сочная костянка с выраженной бороздкой, шаровидной или овальной формы. В зависимости от формы и окраски плодов сорта сливы делятся на две группы — ренклоды и венгерки.

В Украине, России и Беларуси слива возделывается во всех почвенно-климатических зонах, больше — в западных областях, предпочитает хорошо увлажненные почвы.

С лечебной целью используют плоды (*Fructus Pruni domesticae*) и кору (*Cortex Pruni domesticate*) сливы домашней. В их химический состав входит 6—17 % сахаров, до 1,5 % органических кислот, пектины, флавоноиды, каротин, витамины, соединения калия, железа, иода, меди и цинка. В ядрах косточек содержится до 46 % жирного масла, по характеристикам близкого к миндальному.

Применение. Свежие и переработанные плоды, обладающие мягким слабительным действием, используются в диетическом питании при атонии кишечника и запорах, особенно у детей и пожилых людей. Применяют сливу и при лечении неинфекционного гепатита, для профилактики атеросклероза и гипертонической болезни. Высокое содержание пектинов позволяет использовать плоды сливы для выведения из организма солей тяжелых металлов и радиоактивных веществ. Кора сливы и ее препараты применяются в гомеопатии.

Не рекомендуется употреблять сливы в значительных количествах кормящим матерям, так как это может вызвать расстройство желудочно-кишечного тракта у малыша.

СМОЛЕВКА ОБЫКНОВЕННАЯ

СИНОНИМ: ХЛОПУШКА

❖ *Silene vulgaris (Moench.) Garcke*

Смолівка звичайна (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Caryophyllaceae

Многолетнее травянистое растение. Стебли прямостоячие, в верхней части ветвистые, высотой до 30—45 см. Листья широколанцетные, супротивные, сидячие, заостренные на верхушке; нижние листья короткочерешковые. Цветки правильные, пятираздельные, с белым венчиком из глубокодвураздельных лепестков и вздутой зеленой, реже — фиолетовой кувшиноподобной чашечкой,

покрытой сетью жилок; собраны в рыхлые метельчатые соцветия на верхушках стеблей. Цветение с июня по сентябрь. Плод — сферическая многосемянная коробочка. На территории Украины, России и Беларуси встречается повсеместно на выгонах, пастбищах, лесных опушках, часто — на залежных землях, паровых полях, по обочинам дорог.

С лечебной целью используется надземная часть растения, заготавливаемая во время цветения. В ней содержатся сапонины, а также синаповая и феруловая кислоты, до 110 мг% аскорбиновой кислоты, следы алкалоидов. Смолевка применяется только в народной медицине, растение оказывает седативное, мочегонное, мягчительное действие.

Применение. Препараты смолевки применяют при хроническом бронхите, рожистых воспалениях, вагините, при гастритах с повышенной кислотностью. Отвары и водные настои используют при лечении заболеваний почек и мочевого пузыря, для ванн. Сок травы применяют при конъюнктивитах, а также при лечении лишаев.

СМОЛКА ОБЫКНОВЕННАЯ, ИЛИ КЛЕЙКАЯ

❖ *Viscaria vulgaris Wib.*

Віскарія звичайна, смолянка звичайна (*укр.*)

Семейство Гвоздичные — Caryophyllaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище ветвистое, тонкое. Стебель прямостоячий, ветвистый в верхней части, голый, липкий, цилиндрический, высотой 30—60 см. Прикорневые листья розеточные, линейно-ланцетные или обратноланцетные, суженные к основанию; стеблевые листья супротивные, сидячие, линейные, с реснитчатыми при основании краями, заостренные на верхушке. Цветки розово-красные, пятираздельные, трубчатые, со вздутой бело-зеленой чашечкой, собраны в мутовки, окружающие верхнюю

часть стебля, и образуют длинную прерывистую метелку. Цветение — в мае—июне. Плод — яйцевидная коробочка с почковидными семенами. Растение встречается на всей территории Украины на лесных опушках и полянах, склонах, луговинах, на вырубках и пастбищах, в европейской части России и в отдельных регионах Западной Сибири.

С лечебной целью используют надземную часть растения, заготовленную в период цветения. Химический состав вискарии изучен недостаточно, известно, что в него входит комплекс сапонинов. Растение оказывает анальгетическое, снотворное и желчегонное действие, используется только в народной медицине.

Применение. Препараты растения (настои и отвары) используют при желтухе, заболеваниях печени и почек; как отхаркивающее средство при бронхитах, а также как снотворное. Настой травы применяют наружно, для обмывания гнойных ран и абсцессов, при зудящих кожных высыпаниях.

СМОРОДИНА КРАСНАЯ

❖ *Ribes rubrum L.*

Порічки червоні (*укр.*)

Семейство Камнеломковые — Saxifragaceae

Многолетний листопадный кустарник. Ветви покрыты желтовато-бурой корой, кора молодых побегов светлая, серовато-желтая. Побеги прямостоячие, слегка разветвленные, высотой обычно до 1,5 м. Листья очередные, трех-пятилопастные, по краю зубчатые, ярко-зеленые, с нижней стороны опушенные. В отличие от черной смородины, листья не имеют выраженного запаха. Цветки мелкие, зеленовато-желтые, собраны в рыхлые кисти в пазухах листьев. Цветение — в апреле—мае. Плод — сочная, рубиново-красная многосемянная ягода, созревание плодов в июле—августе. В Украине встречаются дикорастущие формы красной смородины (преимущественно в Прикарпатье и на Полесье). Повсеместно выращивается как ягодная культура, в европейских странах (Великобритания) это одна из самых популярных ягодных и декоративных культур.

С лечебной целью используют плоды смородины красной в свежем и переработанном виде. В них содержатся сахара, комплекс органических кислот, до 250 мг% витамина С, витамины РР, группы В, значительное количество пектиновых веществ и минеральных соединений. Красная смородина оказывает противоцинготное, противолихорадочное, мочегонное и жаропонижающее действие.

Применение. Растение применяется только в народной медицине. Плоды рекомендуются при заболеваниях почек, катарах верхних дыхательных путей, кровотечениях, малокровии, а также как тонизирующее и общеукрепляющее средство. Настой сушеных ягод рекомендуется при мочекаменной болезни и хронических запорах.

Близким ботаническим видом (разновидностью) является смородина белая, применяемая в народной медицине аналогично.

Противопоказано употребление красной смородины при язвенной болезни желудка, двенадцатиперстной кишки и гиперацидных гастритах (***в связи с высоким содержанием кислот в ягодах***).

СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ

❖ *Ribes nigrum L.*

Смородина чорна (*укр.*)

Семейство Камнеломковые — Saxifragaceae

Многолетнее растение, листопадный кустарник высотой до 1,5 м. Побеги со светло-серой или буроватой корой, в молодом возрасте слегка опушенные. Листья очередные, черешковые, трех-пятилопастные, темно-зеленые сверху и более светлые с нижней стороны. Цветки желтые, мелкие, правильные, пятираздельные, колокольчатые, собраны в поникающие кисти. Цветение — в мае—июне. Плод — сочная ягода черного или фиолетового цвета с множественными семенами, кисло-сладкая на вкус, шаровидной формы, диаметром до 1—1,5 см, со своеобразным ароматом. В диком виде встречается в лесных регионах Украины, широко культивируется на всей территории, является одной из ведущих ягодных культур.

С лечебной целью используются плоды и листья, а также почки черной смородины. В плодах содержится до 560 мг% аскорбиновой

кислоты, каротин, витамин Е, комплекс органических кислот (лимонная и яблочная), пектины, дубильные вещества, сахара, микроэлементы. В листьях содержатся флавоноиды, фитонциды, до 400 мг% аскорбиновой кислоты, эфирное масло.

Применение. Плоды используют в свежем и переработанном виде главным образом как поливитаминное средство. Водный настой листьев оказывает мочегонное, противовоспалительное и дезинфицирующее действие, способствует выведению из организма мочевой и щавелевой кислот. Используют препараты смородины для профилактики атеросклероза, при лечении мочекаменной болезни, подагры, цистита, хронического пиелонефрита. Плоды и почки черной смородины находят применение в пищевой, кондитерской промышленности, в виноделии.

СОЛОДКА ГОЛАЯ (ЛАКРИЧНИК)

❖ *Glycyrrhyza glabra L.*

Солодка гола, солодковий корінь (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, короткое, многоглавое, с множеством придаточных вертикальных корешков и горизонтально расположенными столонами, образующими многоярусную сеть переплетений. Стебли (несколько) вертикально расположенные, ветвистые, высотой до 0,5—1 м. Листья непарноперистосложные, длиной 5—20 см, с клейкими, блестящими, яйцевидными или ланцетными листочками. Цветки зигоморфные, длиной около 1 см, с бело-фиолетовым венчиком, собраны в рыхлые пазушные кисти длиной 5—12 см, на длинном цветоносе. Цветение — в мае—июне. Плод — продолговатый, слегка изогнутый боб длиной до 3,5 см с одним-восемью семенами. В Украине встречается преимущественно в Приазовье и Причерноморье на приморских меловых и известняковых обнажениях, песчаных почвах и глинистых склонах, в России — в южных регионах европейской части.

С лечебной целью используют корни солодки. В них содержится до 23 % сапонина глицирризина, который придает корням сладкий вкус, а также флавоноиды ликвиритин, ликвиритозид, изоликвиритин и другие стероиды, аспарагин, аскорбиновая кислота, горечи, камеди, пигменты, эфирное масло.

Применение. Препараты солодки в виде отваров, настоев, порошков и экстрактов оказывают отхаркивающее, противовоспалительное и спазмолитическое действие. Назначают их при гиперацидном гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, как мочегонное и слабительное средство. Порошок корня солодки используется в фармацевтической промышленности при изготовлении пилюль, для улучшения вкуса лекарств. Выпускаются препараты глицирам, ликвиритон и флакарбин, применяемые при лечении бронхиальной астмы и заболеваний желудочно-кишечного тракта. Очень популярна лакрица в европейских странах, особенно в Скандинавии, где она широко используется в кондитерской промышленности.

СОСНА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Pinus sylvestris L.*

Сосна звичайна (*укр.*)

Семейство Сосновые — Pinaceae

Вечнозеленое хвойное дерево, одна из основных лесообразующих пород. Кора стволов и старых ветвей красно-коричневая, на молодых ветвях более светлая, отслаивающаяся. Хвоинки расположены попарно, сизо-зеленые, слегка изогнутые, жесткие, длиной до 7 см. Мужские шишки многочисленные, собраны у основания молодых побегов, женские — одиночные, собраны по два-три на коротких ножках. Цветение — в мае—июне, плоды созревают в течение 18 месяцев. Дерево живет до 400 лет, имеет множество ботанических форм, отличается значительной морфологической изменчивостью. Широко используется в лесомелиорации, одна из ведущих древесных пород в искусственном лесоразведении. В Украине встречается повсеместно в лесных и лесостепных регионах, в Степи — значительно реже. В России — одна из основных лесообразующих пород.

С лечебной целью используют укороченные верхушечные побеги, смолу (живицу) и хвою сосны. В почках содержится до 0,3 % эфирного масла, смола, аскорбиновая кислота, до 35 % эфирного масла, в состав которого входят борнилацетат, пинен, лимонен, таниды (до 7 %), органические кислоты; в хвое содержится до 0,3 % витамина С, дубильные вещества и др.

Применение. Хвоя сосны служит сырьем для получения витаминных препаратов, используемых для профилактики и лечения гипо- и авитаминоза С. Получаемую из хвои хлорофилло-витаминную пасту применяют наружно при лечении кожных болезней, ран и ожогов. Канифоль (продукт переработки сосновой живицы) в медицине используют при изготовлении пластырей. Препарат «Цинабин», получаемый из хвои, применяют при лечении мочекаменной болезни и почечной колики. Еще один продукт переработки живицы — скипидар — используют наружно при лечении невралгий, миозитов, артритов, артрозов, подагры и ревматизма. Отвар хвои используют для полосканий при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей, а также для лечебно-профилактических и гигиенических ванн.

СОФОРА ЯПОНСКАЯ, ЯПОНСКАЯ АКАЦИЯ

❖ *Sophora japonica L.*

Софора японська (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Листопадное дерево высотой до 25 м. Крона широкая, ветвистая, шаровидная. Кора стволов и скелетных ветвей темно-серая, с продольными трещинами; кора молодых побегов зеленая или сероватая, опушенная. Листья очередные, непарноперистые, длиной до 25 см с овальными цельнокрайними короткочерешковыми листочками, темно-зелеными сверху и более светлыми с нижней стороны. Цветки неправильные, длиной до 1,5 см, ароматные, изжелта-белые, собраны в рыхлые метелки до 30 см длиной на концах ветвей. Цве-

тение — в июле—августе. Плод — мясистый голый боб длиной до 7 см, с крупными перетяжками между семенами, внутри с клейким желтоватым соком. Плоды держатся на ветвях до весны. От робинии (белой акации) и гледичии софору японскую легко отличить по отсутствию шипов на побегах. В Украине софора довольно часто встречается в южных областях (Одесская, Херсонская), выращивается как засухоустойчивая декоративная культура; в Российской Федерации выращивается в южных регионах, на черноморском побережье Кавказа. Созданы плакучие формы софоры, с ниспадающими ветвями, сбор плодов с которых облегчен.

В лечебных целях используют плоды и соцветия софоры японской. В них содержится основное действующее вещество — рутин, в семенах — до 10 % жирного масла.

Применение. Препараты софоры обладают ранозаживляющими свойствами. Их используют при лечении ран, ожогов, трофических язв, гнойных воспалительных процессов. Фармацевтической про-

мышленностью выпускают настойку плодов софоры, а также рутин в форме таблеток и порошков.

Растение ядовито.

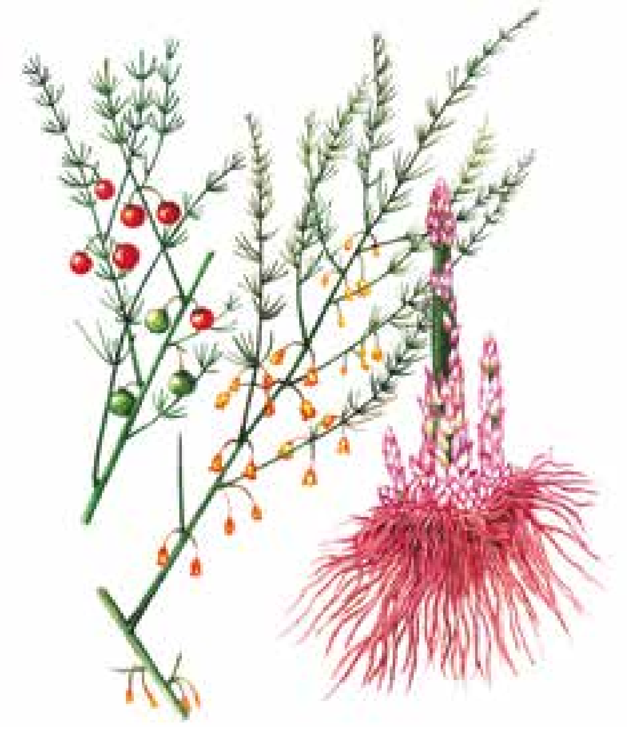
СПАРЖА ЛЕКАРСТВЕННАЯ

❖ *Asparagus officinalis L.*

Спаржа, холодок лікарський (*укр.*)

Семейство Спаржевые — Asparagaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище толстое, укороченное, с многочисленными корнями. Стебли прямостоячие, зеленые,



с отходящими под тупым углом ветвями, высотой до 1,5 м. Листья мелкие, чешуйчатые, треугольные, с отходящими из пазух нитевидными образованиями, светло-зеленые. Цветки зеленовато-белые, мелкие, шестираздельные, колокольчатые, однополые, на длинных поникающих цветоножках. Цветение в июне. Плод — сферическая ярко-красная ягода. На территории Украины и России в дикорастущем виде встречается повсеместно на достаточно увлажненных плодородных почвах. Введена в культуру с древнейших времен как особо ценное, деликатесное овощное растение.

С лечебной целью используются корневища с корнями и молодые побеги, которые могут быть зелеными и этиолированными (отбеленными). В спарже содержатся аспарагин и аргинин, стероидные сапонины, эфирное масло, углеводы, кумарины, кониферин, хелидоновая кислота, обширный комплекс минеральных соединений. Растение оказывает гипотензивное, диуретическое, спамолитическое, седативное и желчегонное действие.

Применение. Растение применяется только в народной медицине. Препараты спаржи назначают при неврозах, истерии, импотенции, тахикардии, атеросклерозе, гипертонической болезни. Широко используются мочегонные свойства спаржи при лечении заболеваний почек, мочевого пузыря, предстательной железы, при отеках вследствие сердечно-сосудистой и почечной недостаточности.

В народе спаржей часто называют спаржевую стручковую фасоль, однако это совершенно разные растения, относящиеся к различным семейства и обладающие различными свойствами.

СТАЛЬНИК ПОЛЕВОЙ

❖ *Ononis arvensis L.*

Вовчуг колючий (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, многоглавое, темно-бурое, с мощным стержневым, вертикально рас-

положенным слабоветвистым корнем. Стебли многочисленные, прямостоячие, иногда восходящие, в нижней части древеснеющие, разветвленные, железисто-волосистые. Листья очередные, черешковые; стеблевые листья — тройчатые с продолговато-эллиптическими острозубчатыми железисто-опушенными листочками и широкими яйцевидными прилистниками; верхние листья одиночные, простые. Цветки многочисленные, обоеполые, зигоморфные, с розово-белым венчиком, расположены по два в пазухах листьев и по одному на концах побегов. Цветение — в мае—июле. Плод — широкояйцевидный, опушенный, малосемянный боб. В Украине растение встречается на всей территории, кроме Крыма. Наибольшие запасы стальника расположены в Закарпатье, Карпатах и Прикарпатье, растет он в изреженных кустарниках, на лесных полянах и опушках, на лугах, вдоль дорог. В России произрастает в южных регионах европейской части, в Западной и Восточной Сибири.

С лечебной целью используют корневища с корнями, которые заготавливают после отмирания надземной части. В них содержатся эфирное и жирное масла, яблочная и лимонная кислоты, тритерпеновый спирт оноцерин, гликозиды ононин и онон, дубильные вещества, сахара, до 10 % минеральных соединений.

Применение. Препараты стальника оказывают кровоостанавливающее и слабительное действие. В наибольшей степени фармакологическое действие проявляется при лечении геморроя. В виде водного настоя и спиртовой настойки назначается внутрь при хронических запорах и геморрое.

Не рекомендуется применять стальник полевой при тромбофлебите и повышенной свертываемости крови.

СУШЕНИЦА БОЛОТНАЯ, СУШЕНИЦА ТОПЯНАЯ

❖ *Gnaphalium uliginosum L.s.J.*

Сухоцвіт болотяний (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Однолетнее травянистое растение. Корень слаборазвитый, стержневой, короткий. Стебель высотой 10—30 см, ветвистый от основания, серовато-белый от густого войлочного опушения. Листья очередные, продолговато-ланцетные, густоопушенные, к основанию сужены в черешок, с одной жилкой, длиной до 2—5 см. Цветки правильные, очень мелкие, обоеполые, собраны в мелкие яйцевидные корзинки, которые, в свою очередь, образуют сложные соцветия на концах ветвей, окруженные звездчато расположенными верхними листьями.

Цветение — в июне—августе. Плоды — мелкие семянки (до 0,5 мм) с хохолком из зазубренных волосков. На территории Украины встречается повсеместно, массово растет в Прикарпатье и Закарпатье на болотах, влажных и заливных лугах, приречных песках, в местах с высоким расположением грунтовых вод. В России встречается в лесной и лесостепной зонах.

С лечебной целью используется надземная часть растения. В траве сушеницы содержится до 4 % дубильных веществ, флавоноиды, алкалоиды, смолы (до 16 %), каротин, эфирное масло. Растение оказывает кровоостанавливающее, вяжущее, антибактериальное действие, повышает свертываемость крови и перистальтику кишечника, ускоряет регенерацию тканей язвенных, раневых и ожоговых поверхностей.

Применение. Настой травы сушеницы применяют при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Назначают сушеницу при начальных стадиях гипертонической болезни и стенокардии. Наружно настой травы применяют для обмываний, примочек и компрессов при лечении всех видов повреждений кожного покрова.

Аналогично сушенице болотной используются и другие, близкородственные виды: сушеница русская, сушеница лесная, сушеница Траншеля, сушеница маньчжурская и др. Терапевтическое действие всех видов сушениц заключается в активизации регенерационных (восстановительных) процессов.

ТАТАРНИК КОЛЮЧИЙ

❖ *Onopordon acanhium L.*

Татарник колючий, чортополох, будяк (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Двулетнее травянистое растение. Стебель мощный, высотой до 2 м, часто паутинисто-опушенный, с двумя-тремя продольными крыльевидными гранями, густо покрытыми шипами. Листья продолговатые, выемчато-зубчатые, зубцы оканчиваются острыми колючками; нижние листья суженные при основании, перистолопастные, заостренные; верхние стеблевые листья сидячие, двоякозубчатые; все листья с белым опушением. Цветки малиново-пурпурного цвета, трубчатые, собраны в шаровидные корзинки на верхушках стеблей по два-три; обертка корзинок из ланцетных, колючих на верхушках листочков. Цветение — в мае—сентябре. Плод — семянка с длинным

хохолком. На территории Украины встречается повсеместно на выгонах, пастбищах, у дорог, на пустырях, растет на достаточно сухих почвах, в России — на европейской части территории.

С лечебной целью используют листья, цветки и корни растения. В сырье татарника содержится до 0,05 % алкалоидов, сапонины, до 140 мг% аскорбиновой кислоты, смолы, дубильные вещества, инулин и другие соединения.

Препараты растения оказывают вяжущее, мочегонное, антибиотическое действие. Применяется татарник только в народной медицине.

Применение. Чаще всего татарник используют в виде чая, применяют при болезнях мочевого пузыря, при ревматизме, как противосудорожное и успокаивающее средство. Наружно отвары и настои татарника применяют для примочек, обмываний и компрессов при лечении гнойных ран, фурункулов, при воспалительных процессах кожи, делают примочки при глазных заболеваниях воспалительного характера.

ТЕРН КОЛЮЧИЙ

❖ *Prunus spinosa L.*

Терен, терен колючий (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Листопадный кустарник высотой до 3 м. Ветви и побеги густо покрыты острыми шипами; листья очередные, простые, черешковые, удлиненно-яйцеобразные, суженные у основания, по краю городчато-пильчатые, сверху зеленые, снизу опушенные, более светлые. Цветки правильные, двуполые, пятираздельные, мелкие, белые, одиночные или собраны по два-три в пазухах листьев на цветоножках. Цветение — в мае. Плоды — сферические, темно-синие сочные костянки с сизым налетом на поверхности и желто-зеленоватой мякотью, терпкого кисло-сладкого вкуса. В Украине и южных регионах России терн — общеизвестное растение, встречается на всей территории на опушках лесов, в лощинах и балках, часто образует непроходимые заросли. Иногда выращивается как живая изгородь,

используется в селекционной работе при получении межродовых гибридов сливы, алычи.

С лечебной целью используют кору, цветки, листья и плоды терна. В плодах и листьях содержатся дубильные вещества, флобафены, сахара, яблочная кислота, пектины, смолы, гликозид пруназид. Плоды терна оказывают вяжущее, антисептическое и противовоспалительное действие, цветки обладают потогонными и слабительными свойствами.

Применение. Отвар коры, корней и молодых побегов терна используется как эффективное жаропонижающее средство при простудных заболеваниях, используют этот отвар и как противовоспалительное средство в гинекологии. Настои цветков и листьев применяют как слабительное при атонии кишечника, при почечнокаменной болезни, гастрите, цистите, отеках. Терн, особенно цветки и листья, входит в состав многих мочегонных и противовоспалительных травяных сборов. Плоды терна используются в пищевой промышленности.

ТМИН ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Carum carvi L.*

Кмин звичайний, ганус (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Двулетнее травянистое растение. Корень мясистый, веретеновидный, светлоокрашенный. Стебель прямой, ветвистый, неопушенный, продольнобороздчатый. Листья очередные; прикорневые и нижние листья длинночерешковые, при основании черешки расширены во влагалище; стеблевые листья короткочерешковые или сидячие, голые; все листья триждыперисторассеченные. Цветки мелкие, белые или розовые, актиноморфные, собраны на верхушках ветвей и стеблей в сложные зонтики диаметром 3—8 см. Цветение — в июне—июле. Плоды — продолговатые двусемянки. На территории Украины встречается на всей территории, но наиболее часто на Полесье и в Прикарпатье, растет на лугах, лесных опушках и полянах, выгонах, пустырях и т. д.

В России распространен в лесной, реже — в лесостепной части европейской территории. Растение введено в культуру с древнейших времен.

С лечебной целью используют плоды (семена) тмина обыкновенного. В них содержится до 7 % эфирного масла, в составе которого до 65 % карвона, флавононоиды кемпферол и кверцетин, до 20 % жирного масла, дубильные вещества, смолы, кумарины, слизи, минеральные соединения, сахара. Препараты тмина оказывают спазмолитическое, антисептическое, желчегонное действие, улучшают работу желудочно-кишечного тракта, увеличивают образование молока у кормящих женщин.

Применение. Плоды тмина входят в состав успокоительных, желудочных и слабительных сборов. Используются при лечении гастритов с секреторной недостаточностью, хронического энтерита, колитов, холецистита. Тминное масло применяют наружно при лечении невралгии, простудных заболеваний, полиартрита, ревматизма. Ванны с добавлением отвара семян назначают при нервных

расстройствах. Семена тмина широко используются в пищевой, хлебопекарной промышленности, мыловарении, парфюмерии.

ТОЛОКНЯНКА ОБЫКНОВЕННАЯ, МЕДВЕЖЬИ УШКИ

❖ *Arctostaphylos uva-ursi* (*L.*) *Spreng.*

Мучниця звичайна (*укр.*)

Семейство Вересковые — Ericaceae

Многолетнее вечнозеленое растение, стелющийся почвопокровный кустарничек. Стебли старше одного года длинные, до 3 м, с темно-коричневой отслаивающейся корой; молодые побеги с зеленой или буроватой корой, тонко опушенные. Листья маленькие, очередные, кожистые, толстые, блестящие, обратнояйцевидные, цельнокрайние, длиной 0,8—4 см, шириной 0,2—1,5 см; сверху — темно-зеленые, снизу — светлее, с выраженными вдавленными жилками. Цветки мелкие, розовые, пятираздельные, с кувшинчатым спайнолепестным венчиком длиной до 0,5 см, собраны в поникающие короткие кисти на концах ветвей. Цветение — в мае—июне. Плод — слегка сплюснутая ягодоподобная костянка красного цвета, с мучнистой мякотью и пятью семенами диаметром до 0,8 см.

Растение обладает удивительной экологической пластичностью: по жаростойкости не уступает растениям Сахары, а порог его морозостойкости достигает –70 °С. На территории Украины встречается на Полесье, растет в сосновых лесах, на сухих песчаных почвах, в Беларуси и России — повсеместно.

С лечебной целью используются листья, заготовленные в период цветения. В них содержится 8—16 % арбутина, метиларбутин, гидрохинон, дубильные вещества, галловая, эллаговая, урсоловая и аскорбиновая кислоты, гиперозид, кверцетин и другие соединения. Растение оказывает мочегонное, антисептическое и противовоспалительное действие.

Применение. Препараты толокнянки в виде водных настоев и отваров листьев используются прежде всего как мочегонное средство при мочекаменной болезни, заболеваниях почек, мочевого

пузыря, а также как успокаивающее средство при нервном возбуждении, невралгиях, спазмах, сахарном диабете, атонии кишечника, расстройствах пищеварения. Наружно используют порошок из листьев при лечении ран и язв.

ТОПИНАМБУР, ЗЕМЛЯНАЯ ГРУША

❖ *Helianthus tuberosus L.*

Топінамбур, груша земляна, жовта ріпа (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Подземная часть представлена мощной системой мочковатых корней, достигающих значительной глубины, и многочисленными запасающими органами вегетативного размножения — клубнями неправильной цилиндрической, с перетяжками формы. Стебель высокий, прочный, толстый, жестко опушенный, высотой более 2 м. Нижние листья сердцевидные, стеблевые — очередные, яйцевидные, с тусклой темно-зеленой окраской, жестко опушенные. Цветки трубчатые и язычковые, собраны в небольшие корзинки на верхушках стеблей и пасынковых побегов, отрастающих из пазух верхних листьев. В целом надземная часть растения напоминает подсолнечник, но с меньшими размерами листьев и соцветий. В Украине выращивается во всех агроклиматических зонах как овощная, кормовая и лекарственная культура, в России — преимущественно в южных регионах. Неприхотлив, засухоустойчив.

С лечебной целью используются клубни и листья топинамбура. Клубни отличаются высоким содержанием инулина, витаминов группы В, аскорбиновой кислоты, минеральных соединений.

Применение. Клубни в сыром и переработанном виде употребляют при сахарном диабете, панкреатите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, мочекаменной болезни, гипертонии, ожирении, полиартрите. Используют топинамбур для восстановления после отравлений солями тяжелых металлов и радионуклидами, при дисбактериозе, хронических запорах, для нормализации работы

сердечно-сосудистой системы. Отвар листьев применяют для ванн и компрессов при остеохондрозе, полиартрите и др.

ТОПОЛЬ ЧЕРНЫЙ

❖ *Populus nigra L.*

Тополя чорна, осокір (*укр.*)

Семейство Ивовые — Salicaceae

Листопадное дерево первой величины с округлой или яйцевидной кроной высотой до 30 м. Корневая система поверхностная, корни расположены в верхних горизонтах почвы, что уменьшает якорность растения. Кора стволов светло-серая, у старых деревьев почти черная, с внутренней стороны красноватая, очень толстая. Ствол в нижней части нередко с наростами. Почки крупные, конусовидные или яйцевидные, прижатые, клейкие. Листья длиной около 10 см, длинночерешковые, черешки тонкие, сплюснутые; форма листовой пластинки ромбическая или почти треугольная, сверху листья зеленые, снизу — светлые; в молодом возрасте смолистые, липкие, по краю пильчатые, с заостренной верхушкой. Цветки мелкие, однополые, собраны в цилиндрические соцветия-сережки. Цветение — в апреле—мае, до распускания листьев. Плод — коробочка с множественными хохлатыми семенами.

На территории Украины встречается повсеместно, в Карпатах редко. В России распространен в южных регионах европейской части, в Беларуси — изредка, только в южных областях. Растет на плодородных увлажненных почвах в речных долинах, по берегам водоемов.

С лечебной целью используют почки тополя черного (*Gemmae Populi*), реже — молодые листья и кору. В почках содержится эфирное масло, гликозиды популин и салицин, галловая и яблочная кислоты, антибиотики, сахара, минеральные соли. Препараты тополя оказывают мочегонное, потогонное и антисептическое действие.

Применение. Настойку почек тополя используют при лечении цистита и воспалений верхних дыхательных путей, а также при диарее. Препараты тополя принимают при сперматорее, для регу-

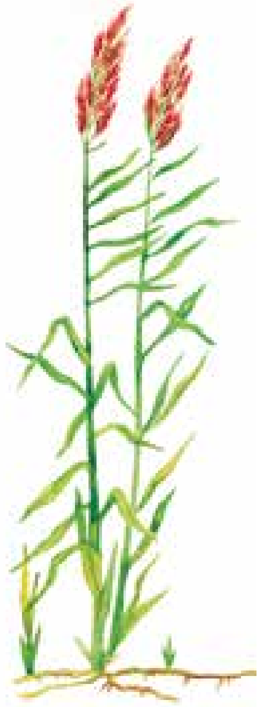
лирования менструального цикла, для профилактики и лечения авитаминозов. В народной медицине из почек тополя готовят мази и настойки, которые используют наружно при лечении ожогов, ран, язв, заболеваний суставов, подагры, дерматитов, радикулита и геморроя, а также как средство, улучшающее рост волос. Эфирное масло тополя используется в парфюмерной промышленности.

ТРОСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Phragmites australis* (*Phragmites communis Tri.*)

Тростина звичайна (*укр.*)

Семейство Мятликовые (***злаковые***) —
Poaceae (***Gramineae***)



Многолетнее травянистое растение. Корневище мощное, ползучее, мясистое, достигает в длину нескольких метров. Стебли прямостоячие, прямые, высотой 3—4, а иногда до 6 м. Листья сизо-зеленые, жесткие, очередные, линейно-ланцетные, заостренные, по краю режущие. Многоцветковые колоски собраны в серебристо-белую пушистую метелку длиной до 40 см на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. На территории Украины, Беларуси и России встречается повсеместно по берегам рек, прудов, водохранилищ, в заболоченных и сырых местах, образует заросли на десятках гектаров.

В корневищах тростника содержится до 50 % крахмала, в среднем вдвое больше, чем в картофеле. Кроме того, корневища богаты сахарами (до 15 %) и клетчаткой. В молодых этиолированных (обесцвеченных) побегах тростника содержится до 500 мг% аскорбиновой кислоты.

Применение. В народной медицине отвар корневищ и молодых побегов используют как жаропонижающее, потогонное и мочегонное средство. Молодые побеги используют в пищу в свежем виде как витаминное средство. В китайской медицине отвар корневищ применяется при лечении пневмонии.

ТРЯСУНКА СРЕДНЯЯ

СИНОНИМ: БРИЗА СРЕДНЯЯ

❖ *Briza media L.*

Трясунка середня (*укр.*)

Семейство Мятликовые (***Злаковые***) —
Poaceae (***Gramineae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище тонкое, образующее рыхлую дернину. Стебли прямостоячие, гладкие, полые внутри, соломистые, округлые, высотой 30—60 см. Листья узколинейные, шириной до 4 мм, сверху шероховатые, влагалищные. Цветки собраны по 5—10 в округлом, сжатом с боков колосе, колосья собраны в раскидистые метелки на верхушках стеблей. Цветение в июне. Плод — зерновка длиной до 3 мм. В Украине и Беларуси встречается рассеянно на всей территории, в России — на Кавказе и в европейской части; растет на лугах, пастбищах, лесных полянах и т. д. Растение — гигромезофит, одинаково переносит как избыток влаги, так и ее недостаток.

С лечебной целью используется надземная часть трясунки, в которой содержится до 8,4 % протеина, клетчатка, флавоноиды, жиры. Химический состав изучен недостаточно, растение применяется ограниченно только в народной медицине.

Применение. Водный отвар и настой травы бризы применяют при заболеваниях нервной системы, почек, мочевого пузыря, при простудных заболеваниях, как мочегонное, а также при воспалении яичников, диатезе, детских экземах.

ТЫКВА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Cucurbita pepo L.*

Гарбуз звичайний (*укр.*)

Семейство Тыквенные — Cucurbitaceae

Однолетнее травянистое растение. Корневая система мощная, глубоко проникающая в почву. Стебли ветвистые, длиной до 10 м, остроребристые, шиповато-шероховатые. Листья очередные, крупные, сердцевидные, жестко опушенные колючими волосками. Цветки однополые, крупные, воронковидные, оранжево-желтые, правильные, на ребристых цветоносах. Цветение — в июне—июле. Плоды — многосемянные тыквины различной формы и окраски, иногда массой до 100 кг и более, на коротких пятигранных древеснеющих плодоножках. В Украине выращивается во всех почвенно-климатических зонах как популярная овощная, кормовая, техническая и лекарственная культура, в России — в южных регионах.

С лечебной целью используются плоды, семена и тыквенный сок. В состав семян входит до 50 % жирного масла, состоящего преимущественно из глицеридов линолевой и олеиновой кислот, смолы, органические кислоты, каротин, витамины группы В и аскорбиновая кислота. В плодах тыквы — высокое содержание сахаров и пектинов.

Применение. Плоды и сок тыквы в свежем виде и после кулинарной обработки применяются в диетическом питании, улучшают функции желудочно-кишечного тракта, способствуют выведению из организма радионуклидов и солей тяжелых металлов,

нормализуют работу печени и селезенки. Тыква уменьшает кровяное давление и снижает уровень холестерина, рекомендуется при сахарном диабете, атеросклерозе, малокровии, подагре, язвенной болезни желудка, хронических запорах. Тыквенный сок с медом применяется как легкое снотворное средство. Препараты семян известны как хорошее противоглистное средство — от ленточных гельминтов.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Achillea millefolium L.*

Деревій звичайний (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, жесткое, ветвистое, с многочисленными тонкими корнями, частично древеснеющее. Стебли прямостоячие, неветвистые, опушенные, жесткие, высотой 20—80 см. Листья очередные, ланцетовидные, перисторассеченные на многочисленные сегменты, которые, в свою очередь, рассечены на парные зубчатые дольки; нижние листья крупные, черешковые, стеблевые — более мелкие, сидячие. Цветки мелкие, трубчатые — желтые, язычковые — белые, собраны в очень маленькие корзинки, которые, в свою очередь, образуют соцветия — щитки на верхушках стеблей. Цветение — в мае—сентябре. Плод — продолговатая плоская семянка. На территории Украины растение встречается повсеместно на окраинах полей, лесных опушках и полянах, залежах и пустырях, склонах балок, на пастбищах, выгонах и рекультивированных землях. В Беларуси растение обычно на всей территории; в России — в европейской части, в Сибири, на Кавказе. Часто образует обширные рассеянные заросли.

С лечебной целью используется трава тысячелистника с соцветиями длиной не более 15 см (длина стебля от соцветия). В ней содержится до 1 % эфирного масла, лютин, апигенин, лютеолин, бетаин, холин, до 2 % дубильных веществ, витамин К, каротин, комплекс органических кислот, смолы, слизи, горечи, сапонины,

жирное масло, фитонциды, минеральные соединения. Препараты тысячелистника оказывают кровоостанавливающее, спазмолитическое, вяжущее, противовоспалительное и бактерицидное действие.

Применение. Водный настой травы назначают внутрь при желудочно-кишечных, маточных, геморроидальных кровотечениях, гиперменструальном синдроме, хроническом энтероколите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Наружно используют для полосканий, обмываний, примочек при гингивитах и стоматитах, пародонтозе, незаживающих ранах, трофических язвах. Свежие измельченные листья — хорошее кровоостанавливающее средство, применяемое в полевых условиях.

УЖОВНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Ophioglossum vulgatum L.*

Ужовник звичайний (*укр.*)

Семейство Ужовниковые — Ophioglossaceae

Многолетнее травянистое растение, реликтовый мелкий папоротник. Корневище короткое, вертикально расположенное, клубневидно утолщенное, с множеством горизонтальных мелких корней. Надземная часть представлена прямостоячим зеленым черешковым листом широколанцетной формы, достигающим высоты 25—30 см. Лист на половине своей высоты разделен на стерильную, вегетативную часть (листовую пластинку) и спороносную часть (колос). Спороносный колос напоминает по форме хвост змеи. Лист цельнокрайний, чем ужовник отличается от родственного папоротника — гроздовника полулунного, имеющего перистонадрезанные листья. Спороношение у ужов-

ника проходит с июня по сентябрь, причем впервые растение дает споры в возрасте не менее 20 лет.

Ужовник обыкновенный — микотрофное растение, может расти только на почвах, в которых присутствуют определенные виды грибов. В Украине растение встречается в междуречье Днепра и Десны, растет на влажных, покрытых мхом почвах в лесах, на болотах, иногда среди кустарников. Растение очень редкое, исчезающее, находится под охраной.

Химический состав не изучен.

Применение. В народной медицине корневища ужовника считаются хорошим средством при укусах ядовитых змей и насекомых (употребляют внутрь в свежем или высушенном виде).

УКРОП ОГОРОДНЫЙ

❖ *Anethum graveolens L.*

Кріп, кріп городній (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, тонкий, слаборазветвленный, светлоокрашенный, глубоко проникающий в почву. Стебель прямостоячий, ветвистый, с продольными полосками и тонким восковым налетом. Листья очередные, трижды или четырежды перисторассеченные на узкие шиловидные дольки; нижние листья длинночерешковые, стеблевые — на коротких черешках или сидячие. Цветки мелкие, обоеполые, пятираздельные, с желтым венчиком, собраны в сложный многолучевой зонтик диаметром 5—30 см на верхушках стеблей и их разветвлений. Цветение — в июне—августе. Плод — вислоплодник, состоящий из двух полуплодиков-мерикарпиев серовато-коричневого цвета. В Украине распространен повсеместно как овощная зеленная и пряновкусовая культура.

С лечебной целью используют плоды укропа. В них содержится до 4 % эфирного и до 20 % жирного масел. В состав эфирного масла входит до 60 % карвона, а также диллапиол, фелландрен, карвеол, изоэвгенол и др. Жирное масло на 93 % состоит из глицеридов паль-

митиновой, олеиновой, линолевой и петроселиновой кислот. В зеленых частях растения также имеется эфирное масло, витамины С, B_1, B_2, Р, РР, минеральные соединения, фолиевая кислота и флавоноиды.

Применение. Препараты семян укропа в виде настоев, отваров, укропной воды регулируют перистальтику кишечника, оказывают отхаркивающее, спазмолитическое, желчегонное, мочегонное и успокаивающее действие, усиливают лактацию у кормящих женщин, проявляют выраженный сосудорасширяющий эффект. Применяют их при болях в животе, метеоризме, диспепсии у детей, при цистите. Траву в виде настоя используют при гипертонической болезни, при гипохромной анемии.

ФАСОЛЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Phaseolus vulgaris L.*

Квасоля звичайна (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, разветвленный. Стебель, в зависимости от сортовой принадлежности, может быть длиной 0,3—2 м, редковолосистый, прямостоячий или вьющийся. Листья очередные, непарноперистые, длинночерешковые, сердцевидные, заостренные, цельнокрайние. Характерная особенность листьев — изменение угла наклона к солнечным лучам в течение дня. Цветки зигоморфные, белые, фиолетовые или красные, собраны в кистевидные соцветия в пазухах листьев. Цветение — в мае—июне. Плод — цилиндрический боб, иногда с перетяжками, содержащий почковидные семена различной величины и окраски. В Украине выращивается повсеместно как популярная овощная и зернобобовая высокобелковая культура. Сортовой состав разнообразен, все сорта можно объединить в две группы: зерновые и спаржевые.

С лечебной целью используют створки плодов (бобов), собираемые только с белосемянных форм фасоли. В их состав входит ряд аминокислот (аргинин, тирозин, триптофан, лейцин и др.), инозит

(0,75 %), сахара, холин, органические и жирные кислоты, гемицеллюлоза (до 50 %), сапонины, флавоноиды, кумарины, минеральные соединения, витамин С. Препараты фасоли снижают содержание сахара в крови и оказывают противовоспалительное действие.

Применение. Отвар стручков фасоли применяют при лечении легких форм сахарного диабета, пиелонефрита, панкреатита и гломерулонефрита. При мочекаменной болезни используют отвар стручков в смеси с черникой, тысячелистником и цветками терна. Используют фасоль также при ревматизме и отеках почечного происхождения как мочегонное средство.

ФЕНХЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Foeniculum vulgare Mill.*

Фенхель звичайний, солодкий кріп (*укр.*)

Семейство Сельдерейные (***Зонтичные***) —
Apiaceae (***Umbelliferae***)

Многолетнее или двулетнее травянистое растение. Корень мощный, веретенообразный, толстый, диаметром до 2 см, светлоокрашенный, маловетвистый, глубоко проникающий в почву. Стебель прмостоячий, продольноребристый, сильно ветвящийся, цилиндрический, с сизым восковым налетом, высотой до 2 м. Нижние листья черешковые, стеблевые — сидячие или короткочерешковые, многократно перисторассеченные на узколинейные доли; все листья влагалищные. Цветки мелкие, актиноморфные, желтые, двуполые, пятилепестковые, собраны в сложные зонтики на верхушках стеблей. Цветение — в июле—августе. Плод — двусемянка. В целом растение напоминает укроп, однако цикл развития, запах и внешний вид имеют отличия (у фенхеля более грубые листья, а запах отдаленно напоминает запах аниса). На территории Украины и России выращивается повсеместно, но редко как пряновкусовое, лекарственное, эфиромасличное растение.

С лечебной целью используются плоды фенхеля. В них содержится до 6 % эфирного масла, основным компонентом которого является анетол, а также пинен, камфен и др., и до 20 % жирного масла.

Применение. Растение оказывает спазмолитическое и противорвотное действие, увеличивает секреторную деятельность пищеварительных желез, усиливает лактацию. В целом использование плодов фенхеля аналогично применению укропа огородного. Входит фенхель в состав различных травяных сборов желчегонного, ветрогонного и успокаивающего действия, применяется для отдушки микстур и других лекарств, широко используется в косметике и парфюмерии.

ФИАЛКА ТРЕХЦВЕТНАЯ

❖ *Viola tricolor L.*

Фіалка триколірна, братки триколірні (*укр.*)

Семейство Фиалковые — Violaceae

Двулетнее или однолетнее (реже) травянистое растение. Корень тонкий, стержневой, буроокрашенный. Стебель пустотелый внутри, простой или ветвистый, прямостоячий, восходящий или лежачий. Листья очередные, длиной до 7 см, шириной до 2 см, тупозубчатые или городчатые по краю, с крупными прилистниками; нижние листья черешковые, верхние — сидячие; все листья яркозеленые, коротко опушенные. Цветки одиночные, на длинных, до 10—12 см, цветоносах, зигоморфные, с пятираздельным венчиком, окрашенные в синие и желтые тона; лепестки различны по форме и размеру. Цветение с ранней весны до осени; плод — яйцевидная трехстворчатая коробочка. На территории Украины, Беларуси и России встречается повсеместно в лесистых регионах, растет на достаточно светлых участках. В результате селекционной работы получены многочисленные гибридные формы, широко использующиеся в цветоводстве и городском озеленении («анютины глазки»).

С лечебной целью используют все части растения. В состав фиалки входят сапонины, полисахариды, дубильные вещества, витамин С, салициловая кислота, до 6,2 % урсоловой кислоты, рутин, флавоноиды; в корнях найдены следы алкалоидов, в цветках — эфирное масло.

Применение. Препараты фиалки трехцветной применяют преимущественно как отхаркивающее и смягчающее средство при

простудных заболеваниях, хронических бронхитах, бронхопневмониях и коклюше. Используют настой и отвар травы фиалки также при катарах желудочно-кишечного тракта, в комплексной терапии при мочекаменной болезни, воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей, других урологических заболеваниях. Наружно применяют как противовоспалительное и сенсибилизирующее средство при аллергических дерматитах, экземах.

ХВОЙНИК ДВУХКОЛОСКОВЫЙ, ЭФЕДРА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Ephedra distachia L.* (*E.vulgaris Rich.*)

Хвойник двоколосковий (*укр.*)

Семейство Эфедровые — Ephedraceae

Многолетнее растение, небольшой полукустарничек высотой 15—50 см. Корневище ползучее, стебель укороченный, прямой или приподнимающийся, покрытый темно-серой корой, сильно ветвистый, с членистыми, прутьевидными, продолговато-бороздчатыми веточками желто-зеленого цвета. Листья редуцированные, супротивные, чешуевидные, сросшиеся у основания в цилиндрические раструбы. Цветки мелкие, однополые, собраны в небольшие колоски. Цветение — в мае—июне. Плоды ягодообразные, сочные, кирпично-красные, двусемянные; семена с кожистой оболочкой. Встречается в степной и полупустынной зонах европейской части Российской Федерации, в южных областях Украины. Растет на склонах холмов, на известковых и меловых обнажениях, песчаных почвах.

С лечебной целью используют надземную часть растения. В ней содержится алкалоид эфедрин, бензойная кислота, метилэфедрин, псевдоэфедрин, пирокатехин, дубильные вещества. Препараты хвойника повышают кровяное давление, стимулируют кровообращение, возбуждают центральную нервную систему, оказывают болеутоляющее, жаропонижающее, потогонное и мочегонное действие.

Применение. Получаемый из хвойника препарат эфедрин применяют при лечении бронхиальной астмы, в случае шоковых состояний, при отравлениях морфином и скополамином, а также

используют при лечении гипертонической болезни, глаукомы, хронического ринита (насморка). В виде отвара применяют как потогонное и жаропонижающее средство. В народной медицине хвойник считается одним из лучших средств при лечении ревматизма и дизентерии.

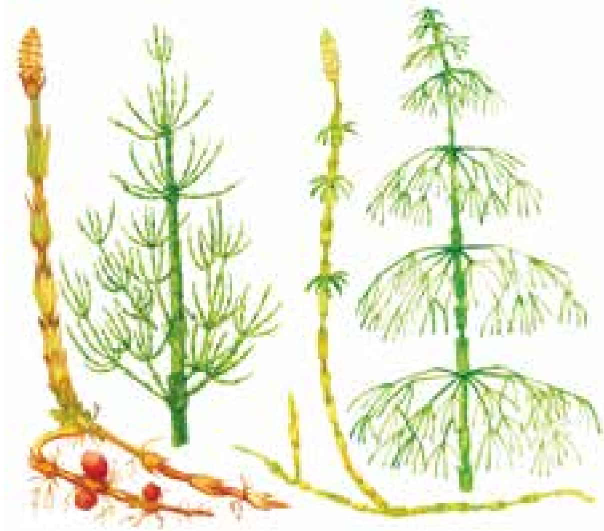
ХВОЩ ПОЛЕВОЙ

❖ *Equisetum arvense L.*

Хвощ польовий (*укр.*)

Семейство Хвощевые — Equisetaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище длинное, ползучее, ветвистое, погруженное в почву, буро-черного цвета. Стебли двух типов: весенние — спороносные, розоватого цвета, тонкие, сочные, с колокольчатыми влагалищами, отмирающие после спороношения, и летние, сохраняющиеся на растении до осени. Летние стебли членистые, зеленые, бороздчатые, ветвистые от основания. Листья недоразвитые, имеют вид зубчатых влагалищ. Спороносные стебли



отрастают в апреле—мае, вегетативные — в мае—июне. Растет хвощ полевой повсеместно, занимая огромный ареал — от южных степей до Заполярья. В Украине и России встречается на лугах, в лесах всех типов, по берегам водоемов и т. д.

С лечебной целью используется трава (бесплодные вегетативные стебли), которую заготавливают в течение всего лета. В ней содержится до 5 % тритерпеновых сапонинов (эквизетонин), флавоноиды, изокверцетин, лютеолин, эквизетрин, алкалоиды, каротин, комплекс органических кислот (яблочная, щавелевая), до 200 мг% аскорбиновой кислоты, дубильные вещества, горечи, эфирное масло; хвощ очень богат минеральными соединениями кремния. Препараты хвоща полевого оказывают мочегонное, противовоспалительное, дезинфицирующее, кровоостанавливающее действие.

Применение. Водный настой травы хвоща принимают внутрь при отеках сердечного происхождения, хроническом цистите, мочекаменной болезни, маточных и геморроидальных кровотечениях. Наружно используют для полосканий при воспалительных заболеваниях полости рта, а также для примочек и обмываний при экземе, угрях, трофических язвах, незаживающих ранах.

Применение хвоща противопоказано при нефритах.

ХМЕЛЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Humulus lupulis L.*

Хміль звичайний (*укр.*)

Семейство Коноплевые — Cannabaceae

Многолетнее травянистое вьющееся растение, листопадная лиана. Корневище длинное, шнуровидное, горизонтально расположенное в верхних слоях почвы, с многочисленными тонкими корнями в узлах. Стебель полудревеснеющий, цепляющийся за опоры, длиной до 6 м, жесткошероховатый. Листья супротивные, трехпятилопастные, заостренные, пильчатые по краю, шероховато-волосистые, длинночерешковые, с сердцевидным основанием. Цветки однополые, мелкие, тычиночные — в поникающих метелках,

пестичные — в шишковидных эллиптических соцветиях. Цветение — в июле—августе. Плод — односемянный сплюснутый орешек; плоды собраны в соплодия в форме шишек длиной до 30 мм, с черепитчато расположенными чешуйками, которые при созревании семян приобретают зеленовато-желтую окраску. В дикорастущем виде встречается часто в Прикарпатье, Карпатах, Лесостепи, Полесье, в России — в южных регионах и на Кавказе, предпочитает достаточно увлажненные плодородные почвы. Широко культивируется в западных областях Украины, используется как лекарственное растение, дает ценное сырье для пищевой и пивоваренной промышленности.

С лечебной целью используют соплодия («шишки») хмеля, которые заготавливают в начале их созревания. В них содержится 1—3 % эфирного масла, до 10 % дубильных веществ, тритерпены, горечи, холин, аденин, гипоксантин, лупулон, гумулон, комплекс органических кислот, витамин С, фитонциды и целый ряд других веществ. Препараты хмеля оказывают седативное, противовоспалительное, мочегонное, бактерицидное и противовоспалительное действие.

Применение. Отвар и настой «шишек» хмеля принимают внутрь при аменорее, неврастении гиперстенического типа, климактерическом синдроме, при цистите и хроническом пиелонефрите. Наружно используют при дерматитах, трофических язвах, при угревой сыпи.

ХРЕН ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Armoracia rusticana (Lam.) Gaerth.*

Хрін звичайний (*укр.*)

Семейство Капустные (Крестоцветные) — Brassicaceae (Cruciferae)

Многолетнее травянистое растение. Корень толстый, стержневой, веретеновидный, вертикально расположенный, глубоко уходящий в почву. Стебель прямостоячий, бороздчатый, ветвистый в верхней части, высотой до 1 м. Прикорневые листья крупные, удлиненно-

овальные, сердцевидные у основания, городчатые, длинночерешковые, темно-зеленые; стеблевые листья продолговатые или ланцетные, перистораздельные, сидячие. Цветки мелкие, белые, правильные, с четырехраздельным венчиком, собраны в кистевидные соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в мае—июне, плод — двухгнездный стручок.

Размножается преимущественно вегетативным способом. В Украине, России и Беларуси встречается повсеместно, выращивается как овощное пряновкусовое растение на всей территории, иногда встречается в одичавшем виде на увлажненных плодородных почвах.

С лечебной целью используются корневища хрена. В них содержатся гликозиды синигрин и гликонастурцин, эфирное масло, до 200 мг% аскорбиновой кислоты, лизоцим, следы алкалоидов, минеральные соли калия, фосфора, фитонциды, смолы, крахмал и сахара. Хрен оказывает сильное бактерицидное и противовоспалительное действие, активизирует работу желудочно-кишечного тракта.

Применение. Водный настой измельченных корней хрена принимают внутрь при хронических гастритах с секреторной недостаточностью, хроническом колите, холецистите. Наружно настой хрена используют как эффективное средство для полосканий ротовой полости при катаральной ангине, гингивитах, стоматитах, флюсах; для обмываний при лечении гнойных ран и язв.

ЦИКЛАМЕН ЕВРОПЕЙСКИЙ

❖ *Cyclamen europaeum L.*

Цикламен європейський, дряква (*укр.*)

Семейство Первоцветные — Primulaceae

Многолетнее травянистое растение. Подземная часть представлена шаровидным приплюснутым клубнем массой до 60 г, темно-коричневого или красноватого цвета, с многочисленными тонкими мочковатыми корнями. Прикорневые листья длинночерешковые, округлояйцевидные с сердцевидным основанием, цельнокрайние,

с зеленовато-серебристым рисунком на верхней стороне листовой пластинки, часто зимующие. Цветоносных стеблей как таковых нет; цветки расположены по одному на высоких, до 25—30 см, цветоносах, поникающие, со спайнолепестным бледно-розовым или фиолетовым венчиком и пятираздельной чашечкой. Цветение ранней весной. Плод — сферическая коробочка. В диком виде встречается в горных лесах Карпат, в России — в лесах Кавказа, издавна культивируется как садовое и комнатное декоративное растение.

С лечебной целью используют клубни с корнями. Химический состав растения изучен недостаточно, известно, что в клубнях содержатся ядовитый сапонин цикламин, мулозин, сахара циклоза и декстроза, другие высокомолекулярные углеводы.

Применение. Цикламен используется только в народной медицине. Свежий сок луковиц, разведенный в соотношении 1:10, считается одним из лучших средств для лечения гайморита (без оперативного вмешательства). Такой же сок используется при лечении гинекологических заболеваний; неразведенный сок применяют при

укусах змей. При ревматических отеках и геморроидальных шишках используют свежие натертые луковицы цикламена.

Растение сильно ядовито.

ЦИКОРИЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Cichorium intybus L.*

Цикорій звичайний, петрів батіг (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корень мясистый, веретеновидный, многоглавый, вертикально расположенный, глубоко проникающий в почву. Стебель прямостоячий, высотой 50—120 см и более, ребристый, редкоопушенный, растопыренно-ветвистый, с ветвями, отходящими от стебля почти под прямым углом. Прикорневые листья длинноэллиптические, перистораздельные или

цельные, суженные в черешок; стеблевые листья ланцетные, стеблеобъемлющие. Цветки голубые, язычковые, собраны в корзинки диаметром 3—4 см, сидящие на коротких цветоносах рассеянно по всей длине стеблей и их ответвлений. Цветение — в июне—августе. Плод — трех-пятигранная семянка с очень коротким хохолком. В Украине и России встречается повсеместно, кроме горных районов; растет по обочинам дорог, на лугах и пастбищах, залежных и рекультивированных землях, на выгонах и вблизи жилья.

С лечебной целью используют корни, реже — траву цикория. В химический состав корней входит до 50 % инулина, гликозид интибин, горечи лактуцин, лактукопикрин, тараксастерол, витамины C и B_1, пектины, холин, сахара, смолы, дубильные вещества. Препараты цикория снижают содержание сахара в крови, оказывают желчегонное, противовоспалительное и антибиотическое действие.

Применение. В народной медицине водные отвары корней и травы цикория используются для улучшения работы желудочно-кишечного тракта, при гастритах и гепатитах, как легкое возбуждающее и тонизирующее средство. Отвар цветков принимают внутрь при неврастении и истерии; отвар надземной части используют наружно для обмываний и компрессов при лечении экземы и ран.

Корни цикория очень широко используются в пищевой промышленности для производства суррогатов кофе, различных кофейных напитков и др.

ЧАСТУХА ПОДОРОЖНИКОВАЯ

❖ *Alisma plantago-aquatica L.*

Частуха подорожникова, подорожник водяний (*укр.*)

Семейство Частуховые — Alismaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, толстое, клубневидное, с многочисленными тонкими корнями. Стебель трехгранный, прямостоячий, безлистный, в верхней части ветвистый. Листья розеточные, яйцевидные или широкоэллиптические,

черешковые, цельнокрайние, с дуговидной нервацией (жилкованием), длиной до 15 см, шириной до 7 см. В целом листья напоминают листья подорожника большого. Цветки белые или розовые, мелкие, трехраздельные, собраны в мутовчатую пирамидальную метелку на верхушках стеблей. Цветение — с июня по сентябрь. Плодики неправильной треугольной формы. На территории Украины встречается в лесной и лесостепной зонах, растет по берегам водоемов, краям болот, на влажных лугах, является типичным прибрежным растением, в Беларуси и Российской Федерации — повсеместно в умеренной зоне.

С лечебной целью используют корневища частухи, содержащие смолы, дубильные вещества, эфирное масло, крахмал. В надземной части содержатся раздражающие кожу соединения.

Применение. Корневища частухи используют только в народной медицине. Отвар принимают внутрь при укусах бешеными животными (это ни в коем случае не заменяет срочной медицинской помощи), в странах Западной Европы препараты частухи применяют при лечении сахарного диабета и заболеваний почек.

ЧЕМЕРИЦА ЛОБЕЛЯ

❖ *Veratrum lobelianum Bernh.*

Чемериця, чемериця, чемериця лобелійова (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, толщиной до 7 см, длиной до 5 см, многоглавое, с многочисленными толстыми шнуровидными корнями. Стебель прямостоячий, крепкий, тонкобороздчатый, высотой 0,7—1,7 м, опушенный, в верхней части густо облиственный, у основания утолщенный, с темно-бурыми остатками отмерших листовых влагалищ. Листья очередные, многочисленные, нижние — широколанцетные, заостренные, длиной до 25 см, шириной до 15 см, верхние — ланцетные; все листья продолговато-складчатые, сверху голые, снизу коротко опушенные; основания листьев стеблеобъемлющие, с длинными трубчатыми влагалищами, закрывающими почти всю поверхность стебля. Цветки желто-зеленые, шестираздельные, собраны в метельчатые соцветия длиной 20—60 см на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод — сухая трехгранная многосемянная коробочка. Семена желто-бурые, длиной до 10 мм, сплюснутые, крылатые. В Украине встречается на влажных почвах лугов, лесных опушек и полян, среди кустарников, преимущественно в северных областях, в России — в европейской части и Сибири, в Беларуси — в юго-западных областях.

С лечебной целью используют корневища с корнями. В них, как и в других частях растения, содержится комплекс алкалоидов: лавераин, йервин, изогермин, псевдогермин, веразин, вералозинин, вералозин и др., а также дубильные вещества, сахара, смолы.

Применение. Ряд препаратов чемерицы Лобеля может быть использован при лечении гипертонической болезни. Основное применение растения (в виде спиртовой настойки) — наружное болеутоляющее средство при артритах, невралгии, ревматизме. В ветеринарии применяется как радикальное средство при тяжело протекающей тимпании и атонии КРС.

Растение сильно ядовито.

ЧЕРЕДА ТРЕХРАЗДЕЛЬНАЯ

❖ *Bidens tripartita L.*

Череда трироздільна (*укр.*)

***Семейство Астровые** (**Сложноцветные**) —*
***Asteraceae** (**Compositae**)*

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, сильно ветвящийся, вертикально расположенный. Стебель прямостоячий, цилиндрический, высотой до 1 м, супротивно-ветвистый от основания, а при густом стеблестое ветвящийся только в верхней части. Листья супротивные, темно-зеленые, со сросшимися основаниями, глубокотрехраздельные с ланцетными пильчато-зубчатыми

долями. Цветки желтые, обоеполые, трубчатые, в крупных корзинках на верхушках стеблей. Корзинки заключены в колокольчатые двухрядные обертки зеленого цвета. Цветение — в июле. Плод — двухостевая продолговато-яйцевидная семянка длиной 6—8 мм. На территории Украины, Беларуси и России встречается повсеместно, растет на влажных почвах у берегов рек и озер, вблизи болот, во влажных ольховых изреженных лесах. Иногда образует значительные заросли.

С лечебной целью используется трава череды (*Herba Bidentis*) — смесь листьев и облиственных верхушек стеблей, собираемая при бутонизации и в начале цветения. В состав травы входит эфирное масло, флавоноиды, кумарины, до 45 % дубильных веществ, каротин, аскорбиновая кислота (до 70 мг%), горечи, слизи, минеральные соединения. Череда оказывает противовоспалительное, десенсибилизирующее, бактерицидное действие.

Применение. Череда особенно популярна в народной медицине, используется в виде настоев и отваров внутрь и наружно при диатезах, золотухе, скрофулезе, рахите, как лечебно-косметическое средство для ванн и обмываний.

ЧЕРЕМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Padus racemosa Gilib.* (*P. album Mill.*)

Черемха звичайна, черемшина (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Кустарник или небольшое дерево высотой до 10 м, с густой удлиненно-округлой кроной. Ствол и основания скелетных ветвей покрыты черно-серой растрескивающейся корой, кора молодых ветвей коричневая со светлыми чечевичками. Листья очередные, на коротких черешках, эллиптические или широкояйцевидные, у основания ширококлиновидные, по краю остропильчатые, матовые сверху и сизоватые с нижней стороны. Цветки пятираздельные, белые, довольно мелкие, собранные в поникающие многоцветковые кисти. Цветение в мае. Плод — сферическая, блестящая, черная, односемянная сочная костянка с вяжущей сладкой мякотью. На территории Украины встречается массово в Прикарпатье, Полесье,

Лесостепи; в южных степных областях гораздо реже, в Беларуси, европейской части России и Западной Сибири — повсеместно. Культивируется в садах и парках.

С лечебной целью используют плоды, которые заготавливают при полном созревании. В них содержится до 15 % дубильных веществ, пектины, сахара (до 5 %), флавоноиды, каротин, яблочная и лимонная кислоты, аскорбиновая кислота, соединения меди, железа, марганца, молибдена и других элементов. В семенах (косточках) содержится до 1,5 % амигдалина. Плоды черемухи оказывают выраженное противовоспалительное и вяжущее действие.

Применение. В народной медицине настои и отвары свежих и высушенных плодов черемухи используют как эффективное средство при функциональной диарее (поносе), хроническом энтерите, колите. Наружно используют для спринцеваний при простом остром вагините. Черемуха входит в состав растительных сборов, предназначенных для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта.

ЧЕРНИКА ОБЫКНОВЕННАЯ

❖ *Vaccinium myrtillus L.*

Чорниця, боровиця (*укр.*)

Семейство Брусничные — Vacciniaceae

Многолетнее листопадное растение, сильно ветвящийся кустарничек высотой до 0,5 м. Подземная часть представлена сетью видоизмененных стеблей-столонов длиной до 1,5—2 м, с многочисленными тонкими корнями. Стебли прямостоячие, округлые или ребристые, зеленые, у основания серые. Листья мелкие, эллиптические, длиной до 1,5 см, шириной до 1 см, светло-зеленые, гладкие, с пильчатыми краями, сидячие. Цветки нежно-розовые с зеленоватым отливом, мелкие, правильные, кувшинчатые или полушаровидные с зубчатым отгибом. Цветение — в мае—июне. Плод — сферическая сочная ягода черного цвета с сизым налетом, диаметром около 1 см, с кисло-сладким вяжущим вкусом. В Украине встречается в Прикарпатье, Карпатах, западной части Лесостепи на хорошо увлажненных плодородных почвах в сосновых борах, на гарях,

реже — в широколиственных лесах. В Беларуси и Российской Федерации — повсеместно в европейской части (лесные регионы), в Восточной и Западной Сибири.

С лечебной целью используются зрелые плоды, а также листья, которые заготавливают в период цветения. В ягодах черники содержится фруктоза, лактоза (до 30 %), гликозид миртиллин, яблочная, лимонная, щавелевая и другие кислоты, до 12 % дубильных веществ, пектины, витамины B_1, B_2, C, каротин, микроэлементы. В листьях имеется до 20 % дубильных веществ, до 2 % арбутина, миртиллин (отличающийся от содержащегося в ягодах), неомиртиллин, флавоноиды, витамины, эфирное масло. Препараты черники оказывают выраженное вяжущее, противовоспалительное и антисептическое действие.

Применение. Водный настой листьев применяют при лечении сахарного диабета в легких формах. Плоды черники и их препараты — действенное средство при функциональной диарее, хроническом энтерите и колите, наружно используют отвар и настой плодов при ангине, стоматитах, ожогах, трофических язвах, экземах.

ЧЕРНОКОРЕНЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Cynoglossum officinale L.*

Чорнокорінь лікарський, котяче мило (*укр.*)

Семейство Бурачниковые — Boraginaceae

Двулетнее или однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, вертикально расположенный, веретеновидный. Стебли прямостоячие, высотой 0,4—1 м, в верхней части разветвленные. Листья очередные, продолговато-ланцетные, нижние сужены у основания в широкий черешок, стеблевые сидячие, стеблеобъемлющие или полустеблеобъемлющие, снизу опушенные. Нижние листья отмирают в период цветения. Цветки фиолетово-красные, воронковидные, с колесовидным пятилопастным отгибом и пятираздельной чашечкой, собраны в завитки, образующие на верхушках стеблей метельчатые соцветия. Цветение — в мае—июне. Плод — четырехорешек, отдельные орешки с шипами-зацепами.

Все растение имеет неприятный мышиный запах. В Украине и Беларуси встречается повсеместно на бросовых землях, свалках, обрывах, вдоль дорог и т. д., в России — на всей европейской части и на Кавказе.

С лечебной целью используют корни и листья растения. В них содержатся алкалоиды циноглоссин и циноглоссофин, консолидин, гелиосупин, дубильные вещества, горечи, пигменты, смолы и др. Чернокорень оказывает отхаркивающее действие и повышает свертываемость крови.

Применение. В настоящее время препараты чернокорня используются только в народной медицине. Мазь из порошка корней на жировой основе используется наружно при лечении ревматизма, при нарывах; настойку корней применяют при лечении долго незаживающих ран. Особенно известен чернокорень как инсектицидное и ротентицидное растение, так как его запах не переносят мышевидные грызуны и крысы.

ЧЕРНУШКА ДАМАССКАЯ, НИГЕЛЛА

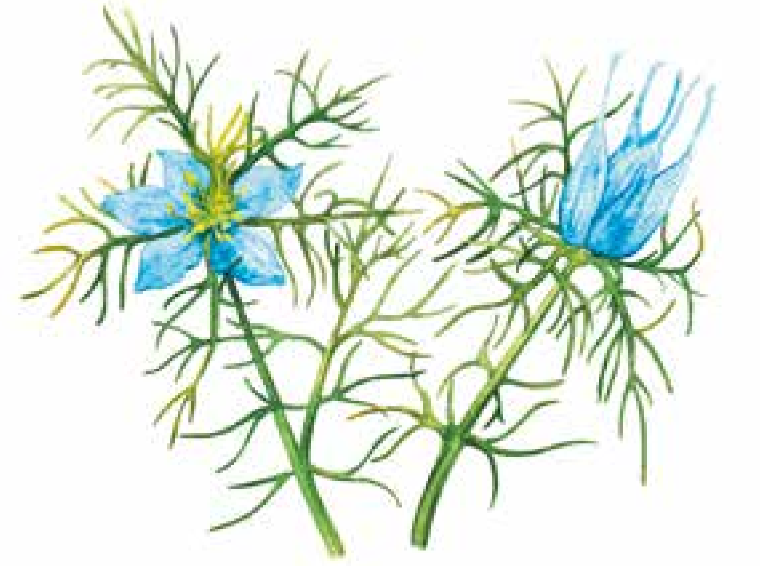
СИНОНИМ: ДЕВИЦА В ЗЕЛЕНИ

❖ *Nigella damascena L.*

Чорнушка дамаська (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Однолетнее травянистое растение. Корень стержневой, вертикально расположенный. Стебель прямостоячий, сильноветвистый, высотой до 40—60 см. Листья крупные, длиной до 10 см, шириной до 5 см, очередные, дважды или трижды перисторассеченные на удлиненные шиловидные дольки. Верхние стеблевые листья, скученные под цветком, образуют покрывало, превышающее цветок по высоте в два-три раза (отсюда название — «девица в зелени»). Цветки — до 4 см в диаметре, одиночные, с голубыми или белыми чашелистиками в виде лепестков. Цветение — в июне—июле. Плод — сросшееся соплодие из пяти вздутых листовок, напоминающее по форме сферическую коробочку до 3 см в диаметре.



На территории Украины и на юге России изредка встречается в природе в одичавшем виде. Ограниченно выращивается как декоративная и пряновкусовая культура, предпочитает карбонатные почвы.

С лечебной целью используют семена чернушки. В их состав входит до 35 % жирного масла, до 0,5 % эфирного масла, алкалоид дамасценин, витамин Е, фермент липаза.

Применение. Получаемый из семян нигеллы препарат нигедаза используется при лечении панкреатитов, гепатитов, хронических гастритов и колитов, растение используется также в кулинарии.

ЧЕСНОК ПОСЕВНОЙ

❖ *Allium sativum L.*

Часник посівний, часник (*укр.*)

Семейство Лилейные — Liliaceae

Многолетнее травянистое растение. Подземный орган — сочная многозачатковая луковица с продолговато-яйцевидными сухими кроющими чешуями и многочисленными тонкими корнями. Стебель прямой, облиственный до середины, листья линейные, плоские, желобчатые, снизу выражено килеватые. Цветки многочисленные, бело-розовые, на длинных цветоносах, собраны в сферические зонтиковидные соцветия. Цветение — в июне—июле. Общеизвестная овощная культура, имеется множество сортов и местных популяций, яровые и зимующие формы. В Украине возделывается повсеместно, на всей территории.

С лечебной целью используют луковицы чеснока. В них содержится гликозид аллиин (до 0,3 %), инулин, фитонциды, сахара, крахмал, фитостерин, аскорбиновая кислота, витамины группы В, микроэлементы. Чеснок оказывает антимикробное и противовоспалительное действие, понижает артериальное давление, стимулирует секреторную функцию и перистальтику желудочно-кишечного тракта, предупреждает развитие холестеринемии, угнетающе воздействует на гельминтов.

Применение. В свежем виде чеснок применяют при легких формах гипертонической болезни, атеросклерозе, хроническом колите,

легочном туберкулезе, диарее, амебной дизентерии, широко используется как профилактическое средство при воздушно-капельных инфекционных заболеваниях эпидемического характера.

Противопоказано употребление чеснока при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, заболеваниях почек.

ЧИНА ЛУГОВАЯ

❖ *Lothyrus pratensis L.*

Чина лучна (*укр.*)

Семейство Бобовые (***Мотыльковые***) —
Fabaceae (***Leguminosae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, ветвящееся, тонкое. Стебель сжато-четырехгранный, слегка крылатый по граням, восходящий, тонкий, сильно ветвистый, обычно плетущийся, длиной до 1 м. Листья парноперистые с одной парой ланцетных или удлиненно-ланцетных листочков и крупными прилистниками, а также с усиками; ось листа оканчивается простым или маловетвящимся усиком. Цветки неправильные, длиной до 1,5 см, желтые, похожи на цветки робинии псевдоакации, собраны в разреженную кисть. Цветение с июня по август. Плод — продолговатый боб длиной до 3,5 см с восемью-десятью красно-бурыми блестящими гладкими семенами. В Украине, Беларуси и России встречается на всей территории в разреженных смешанных лесах, на опушках, полянах, на склонах, степных лугах, среди кустарников.

С лечебной целью используют траву чины луговой. В ней содержатся горечи, следы алкалоидов, флавоноиды изорамнетин и сирингетин, феруловая и кофейная кислоты, аскорбиновая кислота (180 мг%), каротин, витамин Р (до 360 мг%), минеральные соли железа, меди, хрома, марганца и другие вещества.

Применение. Чина луговая применяется главным образом в народной медицине как эффективное отхаркивающее средство. Отвар и настой травы назначают при лечении хронических бронхитов, пневмонии и туберкулезе легких, кашле, абсцессах легких, бронхоэктатической болезни.

ЧИСТЕЦ БОЛОТНЫЙ

❖ *Stachys palustris L.*

Чистець болотяний (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) ***—***
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, со вздутыми клубневидными утолщениями. Стебли четырехгранные, прямостоячие, простые, реже ветвистые, высотой до 1,2 м, шероховатые, густо опушенные волосками, направленными книзу. Нижние листья продолговато-ланцетные, шириной 1,5—3,5 см, длиной до 12 см, заостренные, у основания округлые или сердцевидные, пильчато-зубчатые по краю, короткочерешковые; стеблевые листья сидячие, цельнокрайние, длиннозаостренные. Цветки зигоморфные, сиренево-пурпурные, с пятнистой верхней губой; собраны в мутовки по шесть-десять штук, которые, в свою очередь, образуют колосовидные соцветия на верхушках стеблей. Цветение — с июня по сентябрь. Плод — темно-коричневый голый орешек овальной формы. На территории Украины встречается повсеместно на увлажненных почвах по берегам водоемов, на сырых лугах, в ку-

старниках. В Беларуси и России — повсеместно в европейской части и Сибири.

С лечебной целью используют надземную часть растения, собираемую в период цветения. В траве чистеца содержатся бетаин, флавоноиды, кумарины, дубильные вещества, алкалоиды, витамин С (до 0,13 %), пектины; в семенах — до 44 % высыхающего жирного масла.

Применение. Препараты растения в виде настоев и настоек в народной медицине применяют главным образом как седативное (успокаивающее) средство при нервных расстройствах, истерии, а также при повышенном артериальном давлении, нарушениях менструального цикла и маточных кровотечениях. Эти же препараты используют при лечении диатеза, подагры, кожных заболеваний (наружно). Свежие измельченные листья используют наружно для лечения порезов, ушибов, ссадин, нарывов. В Западной Украине клубни чистеца используют в пищу как овощ. Растение является признанным медоносом (медопродуктивность до 200 кг/га).

Аналогичное применение находит близкородственное растение, встречающееся на всей территории Украины, — чистец лесной (*Stachys sylvatica L.*).

Чистец болотный обладает токсическими свойствами.

ЧИСТОТЕЛ БОЛЬШОЙ

❖ *Chelidonium majus L.*

Чистотіл звичайний (*укр.*)

Семейство Маковые — Papaveraceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, цилиндрическое, многоглавое, с толстым стержневым корнем. Стебель (реже несколько стеблей) прямостоячий, ветвистый, продольноребристый, пустотелый, почти голый, высотой 20—80 см. Листья очередные, нижние — черешковые, верхние — сидячие, длиной до 15 см, сверху светло-зеленые, снизу — сизые, тонкие, нежные, глубоко перистораздельные с тремя-пятью парами неравномерно городчатых долей. Все части растения выделяют ярко-оранжевый сок.

Цветки ярко-желтые, четырехлепестковые, на длинных цветоножках, собраны в малоцветковые (четыре-восемь штук) зонтиковидные соцветия на верхушках стеблей и их разветвлений. Цветение — в мае—июне. Плод — стручковидная однокамерная коробочка.

В Украине встречается почти на всей территории, наиболее часто в Лесостепи на достаточно увлажненных и плодородных почвах, часто — в затененных сорных местах, под стенами зданий, у заборов, в садах, в полезащитных лесополосах, в Беларуси — повсеместно, в России — повсеместно в европейской части, на Дальнем Востоке и в Сибири.

С лечебной целью используют траву чистотела, заготовленную в период цветения. В состав травы входит комплекс алкалоидов (до 1,9 %), гемохелидонин, хелеритрин, берберин, спартеин, хелирубин и др; яблочная, лимонная, янтарная и хелидоновая кислоты, эфирное масло, витамины и фитонциды. Препараты чистотела оказывают желчегонное, спазмолитическое, болеутоляющее, фунгистатическое и бактерицидное действие.

Применение. Отвар и настой травы чистотела назначают внутрь при хронических гепатитах, холецистите, желчекаменной болезни. Наружно используют при лечении длительно не заживающих ран, трофических язв, при угрях, экземе, простом остром вагините.

Растение ядовито.

ЧИСТЯК ВЕСЕННИЙ

❖ *Ficaria verna Huds.*

Пшінка весняна (*укр.*)

Семейство Лютиковые — Ranunculaceae

Многолетнее травянистое растение. Подземные органы представлены пучком утолщенных клубневидных корней яйцевидной или продолговато-яйцевидной формы (подобно клубням садовых георгин). Стебель — высотой 15—30 см, приподнимающийся, изогнутый, иногда ветвистый, с пленчатыми влагалищными редуцированными (недоразвитыми) листьями в нижней части. Стеблевые листья черешковые, цельнокрайние, округло-сердцевидные,

блестящие, темно-зеленые. Цветки крупные, до 3,5 см в диаметре, ярко-желтые, с трехлистной чашечкой и венчиком из 8—12 продолговато-яйцевидных лепестков. Цветение — в апреле—мае. Морфологически чистяк похож на калужницу болотную, но у последней на корнях нет клубневидных утолщений. Плоды чистяка — многоорешки, состоящие из нераскрывающихся односемянных опушенных округлых орешков.

Встречается на всей территории Украины на затененных участках лесных полян и опушек, среди кустарников, в широколиственных и смешанных лесах и т. д., на всей территории республики Беларусь, в европейской части России, в Сибири и на Кавказе.

С лечебной целью используют все части растения, в которых содержатся сапонины, аскорбиновая кислота, протоанемонин (в свежем, невысушенном растении) и анемонин (в высушенном). Применяется чистяк только в народной медицине.

Применение. В виде отвара всех частей растение используется как мочегонное и мягкое слабительное средство, проявляет отхаркивающее и ранозаживляющее действие. Применяют при запорах,

лечении геморроя; наружно — при кожных высыпаниях и диатезе, как косметическое средство при угрях, для полосканий при воспалительных процессах полости рта. Молодые листья используют ранней весной для салатов как витаминную зелень. Мазь из измельченной травы и корневищ на жировой основе применяют наружно при укусах ядовитых змей.

Растение ядовито в период созревания плодов.

ШАЛФЕЙ ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

❖ *Salvia officinalis L.*

Шавлія лікарська (*укр.*)

Семейство Яснотковые (Губоцветные) — Lamiaceae (Labiatae)

Многолетнее растение, полукустарник. Корень хорошо развитый, сильно разветвленный, мочковатый, древеснеющий. Стебли четырехгранные, множественные, прямостоячие, густо облиственные, древеснеющие в нижней части, высотой до 70 см. Нижние листья черешковые, верхние — сидячие; все листья продолговато-яйцевидные, длиной до 8 см, шириной до 4 см, супротивные, мелкозубчатые по краю, серовато-зеленые, сетчато-морщинистые. Цветки довольно крупные, длиной до 20—30 мм, розовато-фиолетовые, редко белые, зигоморфные, двугубые, на коротких цветоножках; собраны в шести-девятицветковые мутовки, которые, в свою очередь, образуют прерывистые колосовидные соцветия на верхушках стеблей. Цветение — в июне—июле. Плод сборный, из четырех орешков, заключенных в чашечку.

В диком виде шалфей лекарственный встречается в Средиземноморье, растет на сухих горных склонах. В Украине выращивается в южных областях, в России — в южных регионах как одна из основных эфиромасличных культур, иногда используется в озеленении.

С лечебной целью используют листья, заготовленные в период цветения или несколько раньше, при бутонизации. В них содержится до 2,5 % эфирного масла, в состав которого входят цинеол, туйон,

танацетон, пинен и др. Кроме того, в листьях содержатся дубильные вещества, крахмал, смолы, урсоловая и олеаноловая кислоты, другие соединения.

Применение. Препараты шалфея оказывают вяжущее, противовоспалительное и дезинфицирующее действие. В виде водного настоя применяют наружно для полосканий при стоматитах и катарах верхних дыхательных путей. Шалфей входит в состав многих травяных сборов, в народной медицине отвар и настой листьев шалфея используют при гастритах, колитах, заболеваниях печени и почек, при бронхитах. Клинически установлена эффективность ароматических ванн из шалфея при лечении радикулита, ишиаса, хронического полиартрита, рекомендованы препараты шалфея также при лечении туберкулеза легких.

ШАЛФЕЙ МУСКАТНЫЙ

❖ *Salvia selarea L.*

Шавлія мускатна (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее или двулетнее травянистое растение. Корень стержневой, разветвленный. В первый год жизни растение образует розетку прикорневых листьев, на второй год вырастает цветоносный стебель, четырехгранный, ветвистый, мощный, высотой до 1,2 м и более. Прикорневые листья крупные, длиной до 25 см, черешковые, сердцевидные или яйцевидные, морщинистые, с сетчатым жилкованием, серо-зеленые. Верхние стеблевые листья сидячие, меньше прикорневых, яйцевидные, темно-зеленые сверху и более светлые с нижней стороны. Цветки розово-фиолетовые, собраны в мутовки, образующие пирамидальное колосовидное соцветие на верхушках стеблей и разветвлений. Цветки с пятизубчатой чашечкой и двугубым венчиком, зигоморфные, довольно крупные, до 3 см в диаметре. Плоды — сборные четырехорешки с желтовато-бурыми гладкими овальными семенами. Цветение — в июне—июле. В Украине и России культивируется в южных, а иногда и центральных

областях как эфиромасличное и декоративное растение, изредка дичает, хорошо размножаясь самосевом.

С лечебной целью используют соцветия шалфея мускатного. В них содержится эфирное масло, в состав которого входит линалиацетат (до 70 %), линалоол и склареол. Препараты шалфея мускатного оказывают седативное и противовоспалительное действие.

Применение. Эфирное масло, настои и настойки шалфея применяются как средство, улучшающее пищеварение, при лечении нервных расстройств, а также для лечебных ванн при ревматизме, артрозах, трофических язвах, остеомиелитах. В Древнем Египте это растение считалось священным и выращивалось по указам фараонов как эффективное средство при лечении бесплодия у женщин.

ШЕЛКОВИЦА, ТУТОВОЕ ДЕРЕВО

❖ *Morus nigra L.*

Шовковиця (*укр.*)

Семейство Тутовые — Moraceae

Листопадное дерево высотой до 8—10 м, иногда — кустовидное деревце или куст. Листья сердцевидные, слегка шероховатые, пиль-

чатые, очередные. Цветки мелкие, с четырехгранным околоцветником, однополые, собраны в пазушные соцветия. Цветение — в мае—июне. Соплодия — черного, розового или белого (кремового) цвета, собраны из множественных мелких костянок, сладкие, ароматные. В Украине выращивается повсеместно, больше — в южных и центральных областях, высаживается в лесополосах, населенных пунктах, у дорог и т. п. Кроме шелковицы с черными соплодиями в Украине встречается шелковица белая (*Morus alba L.*), а также промежуточные формы.

С лечебной целью используют кору ветвей, корней, листья и плоды шелковицы. В плодах (соплодиях) содержатся сахара, лимонная и яблочная кислоты, пектины, дубильные вещества, витамины, тригонеллин, обширный комплекс минеральных соединений, из которых наибольшую ценность представляют соли железа (до 6,3 % в черной шелковице и до 4 % — в белой).

Применение. Плоды шелковицы улучшают обмен веществ, способствуют процессам кроветворения, оказывают легкое слабитель-

ное, потогонное, мочегонное и отхаркивающее действие. Препараты листьев оказывают жаропонижающее действие, кора обладает ранозаживляющими свойствами. В народной медицине незрелые плоды шелковицы применяют при лечении поносов, а зрелые используют как легкое слабительное. Сок и настой плодов (свежих или высушенных) применяют при гастритах, воспалительных процессах печени, желчного пузыря и кишечника. Зрелые ягоды очень полезны при малокровии, как общеукрепляющее и тонизирующее средство. При лечении сахарного диабета используют настой листьев, а отвар коры применяют при почечной недостаточности, импотенции, для нормализации менструального цикла.

ЩАВЕЛЬ КИСЛЫЙ, ИЛИ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Rumex acetosa L.*

Щавель городній (*укр.*)

Семейство Гречишные — Polygonaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневая система мочковатая. Стебель прямостоячий, ребристый, высотой до 1 м. Прикорневые листья длинночерешковые, у основания стреловидные; стеблевые листья короткочерешковые или сидячие, стеблеобъемлющие, ланцетно-стреловидные, ярко-зеленые, голые. Цветки однополые, розовые или желтоватые, собраны в верхушечное соцветие — колосовидную пирамидальную метелку. Цветение — в мае—июне. Плод — трехгранный крылатый орешек коричневого цвета. На территории Украины, Беларуси и России в дикорастущем виде встречается повсеместно, на юге — реже, растет на влажных почвах лугов, болот и т. п. Выращивается во всех регионах как овощная зеленная культура.

С лечебной целью используют листья щавеля (преимущественно в свежем виде). В них содержатся витамины С, А, В, органические кислоты, флавоноиды, минеральные соединения железа и других элементов, гликозиды. Растение известно прежде всего как ранневесеннее витаминное средство, кроме того, щавель оказывает бак-

терицидное, противовоспалительное, мочегонное и желчегонное действие.

Применение. В официальной медицине щавель используется как противоцинготное витаминное средство. В народной медицине отвар и настой листьев применяют для полосканий при ангине, воспалительных процессах полости рта. Свежие измельченные листья используют наружно при лечении плохо заживающих ран и язв.

При заболеваниях желудочно-кишечного тракта с повышенной кислотностью (гиперацидные гастриты), язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, а также при заболеваниях почек и желчевыводящих путей употребление щавеля кислого противопоказано.

ЩАВЕЛЬ КОНСКИЙ

❖ *Rumex confertus Willd.*

Щавель кінський (*укр.*)

Семейство Гречишные — Polygonaceae

Многолетнее травянистое растение. Корневище короткое, толстое, многоглавое, переходящее в мощный, маловетвистый стержневой корень. Нижние листья крупные, удлиненно-яйцевидные, длиной до 25 см, длинночерешковые; стеблевые листья более мелкие, удлиненно-ланцетные, короткочерешковые, стеблеобъемлющие. Все листья очередные, коротко опушенные с нижней стороны, темно-зеленые, тускловатые сверху и более светлые с нижней стороны. Стебель прямостоячий, бороздчатый, ветвящийся в верхней части, высотой 1—1,5 м. Цветки мелкие, зеленоватые, с простым околоцветником, собраны в мутовки, которые образуют на верхушке стебля узкопирамидальное или цилиндрическое соцветие. Цветение — в июне—июле. Плод — трехгранный светло-коричневый орешек с крыльями по граням. На территории Украины, России и Беларуси встречается почти повсеместно, особенно большие запасы сосредоточены в северных и западных областях, в Лесостепи. Растет щавель конский на лесных опушках и полянах, часто на пастбищах и выгонах, иногда образует разреженные массивы.

С лечебной целью используют корневища с корнями, которые заготавливают после отмирания надземной части. В них содержится до 4 % производных антрахинона — хризофановая кислота и эмодин, до 10—12 % дубильных веществ, флавоноид неподин, кофейная и другие кислоты, витамины С и К, до 9 % щавелевокислого кальция, смолы, соединения железа и др.

Применение. Растение оказывает противовоспалительное, бактерицидное, кровоостанавливающее, в малых дозах — вяжущее действие, в больших — слабительное. В виде отваров, реже настоев применяют при хроническом энтерите, колите, геморрое, диарее, хронических запорах.

Противопоказано использование препаратов щавеля конского при заболеваниях почек.

ЭВКАЛИПТ ШАРОВИДНЫЙ

❖ *Eucalyptus globulus Labill.*

Евкаліпт (*укр.*)

Семейство Миртовые — Myrtaceae

Вечнозеленое дерево высотой до 70 м. Кора стволов и скелетных ветвей гладкая, светло-серая с голубоватым оттенком, с отслаивающимся, шелушащимся верхним слоем. Молодые побеги четырехгранные, ребристые, с голубым восковым налетом. Листья молодых побегов супротивные, у основания сердцевидные и заостренные на верхушке, ланцетовидные, длиной 7—15 см, шириной 1—9 см, голубовато-зеленые. Листья старых ветвей — очередные, ланцетные, цельнокрайние, толстые, кожистые, длиной до 30 см, расположены ребром к солнечным лучам. Цветки на коротких цветоножках, кувшинообразной формы, буровато-зеленые, расположены в пазухах листьев. Плод — приплюснутая сферическая коробочка с бородавчатой поверхностью. Родиной эвкалипта являются Австралия и Новая Зеландия; в Крыму выращивается как интродуцированное декоративное растение.

С лечебной целью используют листья эвкалипта, заготовленные в течение всего лета. В их состав входит до 3 % эфирного масла,

состоящего из пинена, цинеола, миртенола и глобулола, альдегиды каприловой, капроновой и изовалериановой кислот, кетоны (пинокарвон), а также фитонциды, дубильные вещества, смолы и др. Эвкалипт оказывает эффективное антибиотическое (противобактериальное), противовоспалительное и болеутоляющее действие.

Применение. Отвары листьев эвкалипта используют для полосканий и ингаляций при катаральной ангине, гингивитах; для примочек при свежих и инфицированных ранах и язвах; для спринцеваний при простом остром вагините.

ЭЛЕУТЕРОКОКК КОЛЮЧИЙ, СВОБОДНОЯГОДНИК

❖ *Eleutherococcus senticasus Maxim.*

Вільноягідник (*укр.*)

Семейство Аралиевые — Araliaceae

Многолетнее растение, кустарник высотой 2—3 м. Корневая система развита очень хорошо, корни расположены горизонтально, преимущественно в верхних слоях почвы, удаляются от материнского растения на весьма значительное расстояние (до 30 м). Стебли многочисленные, с сероватой корой, прямые, густо покрытые отогнутыми вниз шипами; кора молодых побегов желтовато-бурая. Листья пальчатосложные, с пятью эллиптическими двоякозубчатыми листочками, заостренными на верхушке и клиновидными у основания, длинночерешковые, опушенные. Цветки мелкие, на длинных цветоносах, пестичные — желтые, тычиночные и обоеполые — фиолетовые (растение имеет цветки различных типов — как обоеполые, так и функционально женские и мужские). Собраны цветки в верхушечные сферические зонтики. Цветение — в июле—августе. Плоды — ягодообразные костянки округлой формы, черного цвета, с мелкими семенами в форме полумесяца. Ареал элеутерококка охватывает Дальний Восток, Китай и Корею, растет он в смешанных и хвойных лесах.

С лечебной целью используют корни, реже — листья. В них содержатся специфические гликозиды — элеутерозиды A, B, D, E, F, до 18 % смол, дубильные вещества, пектины, алкалоиды, жирное и эфирное масла, антоцианы, каротиноиды, микроэлементы. Элеутерококк и его препараты оказывают стимулирующее действие на центральную нервную систему, повышают работоспособность, иммунитет и улучшают обмен веществ.

Применение. Жидкий экстракт элеутерококка назначают при переутомлении (умственном и физическом), неврастении, при лечении легких форм сахарного диабета, импотенции, бесплодия. Эффективен элеутерококк в период восстановления организма после тяжелых заболеваний и оперативных вмешательств.

Препараты элеутерококка противопоказаны при гипертонической болезни, повышенной нервной возбудимости, нарушениях сердечного ритма.

ЭХИНАЦЕЯ ПУРПУРНАЯ

❖ *Echinacea purpurea* (*L.*) *Moench.* (*Rudbeckia purpurea L.*)

Ехінацея пурпурова (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) —
Asteraceae (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневая система хорошо развитая, мочковатая. Стебли прямостоячие, простые или слабоветвящиеся, короткоопушенные, высотой до 1 м. Прикорневые листья розеточные, широкоовальные, по краю зубчатые или остропильчатые, у основания резко сужены в крылатый черешок. Стеблевые листья очередные, короткочерешковые или сидячие, овально-ланцетные. Краевые цветки корзинок язычковые, матово-красные, редко — белые, длиной до 5 см; срединные цветки желтые, трубчатые. Соцветия — корзинки диаметром до 15 см, одиночные, верхушечные, с коническим, высокопостроенным цветочным ложем и отогнутыми книзу краевыми язычковыми цветками. Цветение — в июле—августе. Плод — четырехгранная продолговатая семянка с зубчатым хохолком. Родина эхинацеи — Северная Америка, где она с древнейших времен использовалась индейцами как эффективное лекарственное растение. В Украине и России выращивается как популярная цветочно-декоративная и лекарственная культура на всей территории, предпочитает умеренно влажные плодородные почвы.

С лечебной целью используют все части растения. В траве эхинацеи содержится комплекс сложных полисахаридов, до 0,5 % эфирного масла, флавоноиды, органические кислоты (цикориевая, феруловая, кумаровая, кофейная), дубильные вещества, сапонины, полиамины, эхинакозид, эхинолон, эхинацин, смолы и фитостерины. В корнях содержится до 0,7 % глюкозы, эфирное и жирное масла, бетаин, смолы. Эхинацея богата минеральными соединениями марганца, цинка, молибдена, серебра, кобальта, селена и др. Препараты растения известны прежде всего стимулирующим действием на иммунную систему и антибиотическими свойствами.

Применение. В виде настоев, настоек и экстрактов эхинацея используется как в научной, так и в народной медицине. Рекомендуется при депрессии, физическом и психическом переутомлении, при лечении ангины, тонзиллита, воспалительных заболеваний внутренних органов, при острых и хронических инфекционных заболеваниях, наружно — при ранах, ожогах и язвах. Экспериментально подтверждена эффективность применения эхинацеи при укусах некоторых ядовитых змей. Как простое профилактическое, иммунопротекторное средство целого ряда заболеваний можно использовать молодые свежие листья эхинацеи, добавляя их в салаты.

ЯБЛОНЯ ЛЕСНАЯ

❖ *Malus silvestris Mill.*

Яблуня дика, яблуня лісова (*укр.*)

Семейство Розанные — Rosaceae

Небольшое дерево с округлой кроной. Корневая система хорошо развитая, с вертикально расположенным стержневым корнем, глубоко проникающим в почву. Кора стволов и скелетных ветвей серая, на молодых побегах кора бурая, часто опушенная. Листья очередные, простые, яйцевидные, с нижней стороны более светлые, сверху темно-зеленые. Цветки крупные, актиноморфные, белые и розовые, пятираздельные, собраны в соцветия — щитки на длинных цветоносах.

Цветение в мае, после распускания листовых почек. Плод — желто-зеленое яблоко, иногда краснобокое, диаметром до 5 см.

Наряду с другими дикорастущими видами яблонь служила исходным материалом для создания самого многочисленного плодового растения — яблони домашней. В Украине, Беларуси и России встречается на всей территории, преимущественно в лиственных лесах, на открытых местах — опушках и полянах, в Лесостепи иногда образует небольшие массивы. В значительных количествах встречается в предгорьях Крыма и Карпат.

С лечебной целью используют плоды и листья яблони лесной. В свежих плодах содержатся сахара, органические кислоты (яблочная, лимонная, винная, хлорогеновая, салициловая, аскорбиновая и др.), белки, каротин, витамины группы В, пектины, клетчатка, минеральные (прежде всего — соли железа) и многие другие соединения. В листьях высокое содержание рутина, полифенолов, катехинов и флавоноидов.

Применение. Плоды используют как диетический продукт, при расстройствах пищеварения, авитаминозах, малокровии, как мочегонное средство, при лечении подагры и ожирения, для профилактики атеросклероза. Настой листьев (свежих и высушенных) используют как витаминное средство, печеные или отваренные плоды полезны при хронических воспалительных заболеваниях толстого кишечника, при запорах. Яблоки считаются хорошим средством для лечения анемии (благодаря высокому содержанию железа в доступных формах). Наружно протертые плоды применяют при ожогах и воспалительных заболеваниях кожного покрова. Мазь из протертых яблок на жировой основе применяют для заживления трещин губ, сосков и рук. Плоды и яблочный сок широко используются в детском, диетическом и лечебном питании.

ЯСЕНЬ ВЫСОКИЙ, ИЛИ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Fraxinus excelsior L.*

Ясен звичайний (*укр.*)

Семейство Маслинные — Oleaceae

Дерево первой величины, высотой до 35 м. Кора стволов и скелетных ветвей темно-серая. Почки черные, широкояйцевидные. Листья

крупные, длиной до 20—30 см, супротивные, непарноперистые, с 7—13 продолговато-эллиптическими листочками. Листочки темно-зеленые, тонкие, волосистые по центральной жилке, заостренные на верхушке и пильчатые по краю, почти сидячие. Цветки без околоцветника, однополые и двуполые, зеленовато-оливковые, собраны в небольшие свисающие кисти в пазухах прошлогодних листьев; цветение в апреле, до распускания листьев. Плоды — висячие, линейно-продолговатые крылатые орехи. На территории Украины, Беларуси и России встречается почти повсеместно в лиственных лесах, в смеси с дубом, ольхой, растет на достаточно увлажненных и плодородных почвах. Ясень имеет ценную древесину, очень декоративен своей ажурной, полупрозрачной кроной (отсюда и название растения), поэтому нередко используется для озеленения городов и пригородных зеленых зон, высаживается в парках и скверах.

С лечебной целью используют листья и кору ясеня. В них содержится кумариногликозид фраксин, фенологликозид сирингин, витамин С, кверцетин, эфирное масло, маннит, инозит, органические кислоты, дубильные вещества и др.

Применение. Препараты листьев, коры и молодых побегов ясеня используются при хронических заболеваниях верхних дыхательных путей (кашель, бронхиты), а при малярии как противолихорадочное средство. Отвар листьев применяют при лечении радикулита. Иногда отвар листьев и коры используют как мочегонное и противоревматическое средство. Свежая кора ясеня, взятая с ветвей среднего возраста, при наружном применении служит хорошим кровоостанавливающим и ранозаживляющим средством в полевых условиях.

ЯСНОТКА БЕЛАЯ

❖ *Lamium album L.*

Глуха кропива біла (*укр.*)

Семейство Яснотковые (***Губоцветные***) —
Lamiaceae (***Labiatae***)

Многолетнее травянистое растение. Корневище ползучее, длинное, горизонтально расположенное, узловатое, с многочисленными тон-

кими корнями, отходящими от узлов. Стебли восходящие или прямостоячие, вертикальные, высотой до 50—80 см, четырехгранные, опушенные редкими белыми волосками. Листья длинночерешковые, супротивные, яйцевидные с сердцевидным вырезом у основания, длиной до 12 см и шириной до 6 см, крупнопильчатые по краю, в целом напоминающие листья крапивы, но не имеющие жгучих свойств. Цветки зигоморфные, двугубые, с трубчатым белым венчиком длиной до 12 мм, собраны в мутовчатые соцветия в пазухах верхнестеблевых листьев. Цветение с мая до осени. Плоды — яйцевидные трехгранные орешки зеленоватого цвета с белыми бугорчатыми пятнышками. На территории Украины, России и Беларуси встречается повсеместно, в южных степных регионах — реже, растет на лесных полянах и опушках, в изреженных кустарниках, садах, на усадьбах, под заборами и т. д.

С лечебной целью используют цветки яснотки. В их состав входит до 0, 14 % сапонинов, флавоноиды, кверцетин, изокверцитрин,

эфирное масло, до 10 % дубильных веществ, слизи, холин, тирамин, гистамин, аскорбиновая, галловая и хлорогеновая кислоты. Растение оказывает вяжущее и кровоостанавливающее действие.

Применение. В виде водного настоя и отвара применяют для полосканий при катаральной ангине, легочных кровотечениях, а также в гинекологии как кровоостанавливающее при маточных кровотечениях. Наружно используют для обмываний и примочек при лечении ран, ожогов, язв, экземы, крапивницы.

ЯСТРЕБИНКА ВОЛОСИСТАЯ

❖ *Hieracium pilosella L.*

Нечуйвітер волохатенький, мишине вушко (*укр.*)

Семейство Астровые (***Сложноцветные***) — ***Asteraceae*** (***Compositae***)

Многолетнее травянистое растение. Подземные органы представлены тонким длинным корневищем с обрастающими тонкими корнями. Прикорневые листья розеточные, удлиненно-лопатчатые, сужены у основания в черешок; стеблевые листья уменьшающиеся к верхушке стебля; все листья сизо-зеленые сверху и беловойлочно-опушенные с нижней стороны. Стебли ползучие, длинные. Цветки язычковые, желтые, снаружи с красными штрихами, собраны в одиночные корзинки на верхушках стеблей, которые достигают высоты 30—40 см. Цветение — в мае—июне. Плоды — узкие темно-коричневые семянки с длинным белым

хохолком. На территории Украины встречается повсеместно, растет на умеренно влажных почвах на лугах, склонах балок, лесных полянах, вырубках; в Российской Федерации — в европейской части и Западной Сибири; в республике Беларусь — повсеместно.

С лечебной целью используют траву и корни ястребинки волосистой. Химический состав растения изучен недостаточно, известно, что оно содержит горечи, дубильные вещества, кумарин умбеллиферон, флавоноиды, слизи.

Применение. Ястребинка используется только в народной медицине. Препараты растения оказывают кровоостанавливающее и желчегонное действие, усиливают секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта. Отвар надземной части используют при лечении гепатита, дизентерии, геморроя, при желудочных заболеваниях, для улучшения аппетита. Наружно используют для полосканий при ангине и воспалительных заболеваниях полости рта, для обмываний и компрессов при лечении ран, нарывов, панарициев, для спринцеваний при маточных кровотечениях.

Растение ядовито.

ЯЧМЕНЬ ОБЫКНОВЕННЫЙ

❖ *Hordeum vulgare L.*

Ячмінь звичайний, ячмінь посівний (*укр.*)

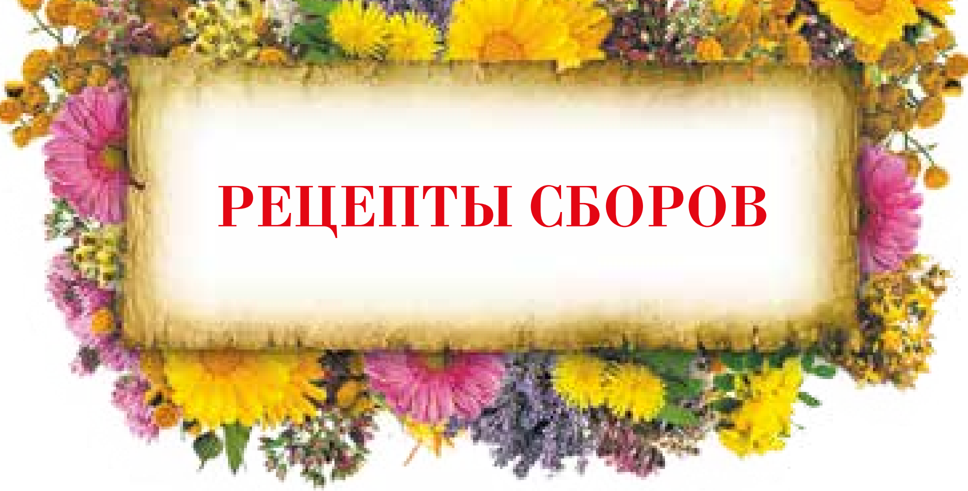
Семейство Мятликовые (***Злаковые***) —
Poaceae (***Gramineae***)

Однолетнее травянистое растение, одна из древнейших выращиваемых человеком злаковых культур. Корневая система мочковатая, неглубоко расположенная в верхних слоях почвы. Листья узколинейные, очередные, влагалищные. Стебель — соломина высотой до 1—1,2 м. Созданы многие сорта ячменя, имеются яровые, озимые и переходные формы (так называемые двуручки). В Украине ячмень — одна из ведущих сельскохозяйственных культур, зерно используется в продовольственных, фуражных и технических целях, является основой пивоварения и комбикормовой промышленности. Выращивается повсеместно, на юге Украины

преобладают озимые формы, в центральных и северных областях — яровые сорта.

С лечебной целью используют зерно ячменя. В нем содержатся углеводы, белки, жиры, аминокислоты, соли калия, кальция, кремния, иода, кобальта, марганца, меди, молибдена и других элементов. В зерне также обнаружены антибиотические вещества (воздействующие на грамположительные микроорганизмы). Препараты зерна ячменя и продуктов его переработки оказывают мягчительное и обволакивающее, а также общеукрепляющее действие.

Применение. Ячменные крупы и блюда из них, содержащие значительное количество неусваиваемой человеком клетчатки, используют в диетическом питании при ожирении. Отвары этих круп применяются и как обволакивающее средство при воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта, а также как мягчительное и отхаркивающее средство при сильном кашле, бронхитах, как общеукрепляющее средство. Особенно эффективен ячменный солод и экстракт солода. В проросшем зерне содержится комплекс биологически активных веществ, ферментов и витаминов, благотворно влияющих на обмен веществ в организме. Используют солод в виде водных настоев и слизистых отваров при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, геморрое, при болезнях почек и мочеполовой системы, при импотенции, для улучшения обмена веществ и как общеукрепляющее средство после перенесенных тяжелых заболеваний.



РЕЦЕПТЫ СБОРОВ

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ПОВЫШЕННОЙ НЕРВНОЙ ВОЗБУДИМОСТИ И БЕССОННИЦЕ

Сбор 1

Трава пустырника — 3[1]*, трава сушеницы — 3, корневища и корни валерианы — 1, трава вереска — 4.*

4 ст. л. смеси настаивать в 1 л кипятка в духовке 12 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. 4 раза в день.

Сбор 2 (при повышенной нервной возбудимости и истерических припадках)

Трава ясменника душистого — 4, трава пустырника — 4, трава сушеницы — 3, трава чабреца — 2, листья ежевики — 5.

4 ст. л. смеси настаивать 2—3 ч в 1 л кипятка. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 3

Листья толокнянки — 1, трава пустырника — 1.

2 ст. л. смеси залить 750 мл воды, варить, пока не останется ⅔ жидкости, процедить. Принимать по ½ стакана 3—4 раза в день через 1 ч после еды.

---

[1] В рецептах количество сырья дано в частях.

Сбор 4 (успокаивающий)

Трава пустырника — 1, корневища и корни валерианы — 1, семена тмина — 1, семена фенхеля — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать теплым по ½ стакана 3 раза в день, последний раз — на ночь.

Сбор 5 (успокаивающий)

Листья вахты — 4, листья мяты перечной — 3, корневища и корни валерианы — 3.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать теплым по ½ стакана 3 раза в день, последний раз — на ночь.

Сбор 6 (успокаивающий)

Листья вахты — 2, листья мяты перечной — 2, корни дягиля — 3, корневища и корни валерианы — 3.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать теплым по ½ стакана 3 раза в день, последний раз — на ночь.

Сбор 7 (успокаивающий)

Листья вахты — 2, листья мяты — 2, корневища и корни валерианы — 1, шишки хмеля — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать теплым по ½ стакана 3 раза в день, последний раз — на ночь.

Сбор 8 (успокаивающий)

Корневища и корни валерианы — 2, цветочные корзинки ромашки аптечной — 3, семена тмина — 5.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 2 раза в день — утром и вечером.

Сбор 9 (успокаивающий — для детей)

Семена фенхеля — 1, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, корни алтея — 2, корни солодки — 2, корневища пырея ползучего — 2.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, процедить. Принимать теплым по 1 ст. л. 2 раза в день.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Сбор 1 (при неврозах сердца и сердцебиении)

Корневища и корни валерианы — 2, листья мелиссы — 2, трава тысячелистника — 3, трава зверобоя — 3.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 150 мл 1 раз в день, пить глотками.

Сбор 2

Цветки ландыша — 1, семена фенхеля — 2, листья мяты перечной — 3, корневища и корни валерианы — 4.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать по 30 мл 1—2 раза в день.

Сбор, применяемый при сердечных заболеваниях, удушье, головокружениях и нервных расстройствах

Трава пустырника — 3, трава сушеницы — 3, цветки боярышника — 3, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1.

1 ст. л. смеси настаивать 8 ч в 250 мл кипятка, процедить. Принимать по 100 мл 3 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор против астмы

Трава вероники лекарственной — 1, трава золототысячника — 1, ягоды можжевельника — 1, трава полыни горькой — 1, листья плюща — 2, листья руты пахучей — 2, трава первоцвета — 2, корень бедренца-камнеломки — 3, трава зверобоя — 3, трава лапчатки гусиной — 4.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по ¾ стакана с молоком 2—3 раза в день.

Сбор, применяемый при артериосклерозе

Корни одуванчика — 1, корневища пырея ползучего — 1, корни мыльнянки — 1, трава тысячелистника — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1—2 ч, процедить. Принимать по 150 мл перед завтраком.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ПОВЫШЕННОМ ДАВЛЕНИИ КРОВИ (ГИПЕРТОНИИ)

Сбор 1

Трава пустырника — 1, трава сушеницы — 1, цветки боярышника — 1, листья (трава) омелы — 1.

4 ст. л. смеси настаивать 8 ч в 1 л кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 2

Цветки боярышника — 3, плоды боярышника — 3, трава хвоща — 3, трава омелы — 3, луковицы чеснока — 3, цветки арники — 1, трава тысячелистника — 4.

1 ст. л. смеси настоять в 250 мл кипяченой воды, процедить. Принимать по ¼ стакана 4 раза в день до еды.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ (ПРИ КАШЛЕ)

Сбор 1 (грудной)

Листья и цветки мать-и-мачехи — 1, цветки коровяка — 1, цветки бузины черной — 1, цветки липы — 1, корневища пырея — 1, корни окопника — 1.

1 ст. л. смеси настаивать 8 ч в 250 мл кипятка. Принимать по ¼ стакана 4 раза в день.

Сбор 2 (грудной)

Листья мать-и-мачехи — 4, листья подорожника — 3, корни солодки — 3.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 2 ст. л. через 2—3 ч.

Сбор 3 (грудной, облегчающий отхаркивание)

Цветки коровяка — 3, цветки мать-и-мачехи — 2, трава медуницы — 3, цветки бузины черной — 2, цветки липы — 2, цветки алтея — 3, цветки гречихи посевной — 2, лепестки цветков мака — 3.

40 г смеси залить 1 л кипятка, настаивать в духовке 12 ч, процедить. Принимать по ¼ стакана через каждые 2 ч.

Сбор 4 (грудной)

Корни алтея — 2, корни солодки — 2, семена фенхеля — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 2 ст. л. через 2—3 ч.

Сбор 5 (грудной)

Почки сосны — 1, корни алтея — 2, корни солодки — 2, листья шалфея — 1, семена аниса — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 2 ст. л. через 2—3 ч.

Сбор 6 (грудной, при катаре дыхательных путей)

Трава чабреца — 1, трава ясменника душистого — 1, листья лесной земляники или клубники — 2.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 2 ст. л. через 2—3 ч.

Сбор 7 (грудной, облегчающий отхаркивание при кашле)

Трава душицы — 1, листья мать-и-мачехи — 2, корни алтея — 2.

2 ч. л. смеси заварить 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать теплым по ½ стакана 3 раза в день.

Сбор 8 (грудной, облегчающий отхаркивание при кашле)

Листья мать-и-мачехи — 1, семена аниса — 1, корни алтея — 1, корни солодки — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день после еды.

Сбор 9
(грудной, облегчающий отхаркивание при кашле)

Цветки алтея — 1, цветки мальвы садовой — 1, цветки коровяка — 1, листья мать-и-мачехи — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана через каждые 3—4 ч после еды.

Сбор 10
(грудной, облегчающий отхаркивание при кашле)

Корни алтея — 1, корни солодки — 1, корни девясила высокого — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана теплым через 3 ч.

Сбор 11 (грудной)

Листья шалфея — 3, семена аниса — 4, корни алтея — 4, корни солодки — 3, цветки коровяка — 2, почки сосны — 4.

1 ст. л. смеси настаивать 3 ч в 250 мл кипятка в закрытом сосуде, процедить. Принимать по ½ стакана 2—3 раза в день после еды.

Сбор 12 (грудной, смягчающий и облегчающий отхаркивание при кашле)

Цветки коровяка — 2, листья мать-и-мачехи — 4, семена аниса — 2, корни алтея — 8, корни солодки — 3, корни фиалки — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана через 3—4 ч.

СБОРЫ ДЛЯ ПОЛОСКАНИЯ ГОРЛА

Сбор 1

Листья шалфея — 1, цветки мальвы лесной — 1, цветки бузины черной (или красной) — 1.

1 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить, остудить. Полоскать горло и полость рта несколько раз в день.

Сбор 2

Цветки липы — 2, цветки ромашки — 3.

1 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить, остудить. Употреблять чуть теплым.

Сбор 3

Кора дуба — 2, цветки липы — 1.

1 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить, остудить. Употреблять чуть теплым.

Сбор 4

Цветки мальвы — 1, цветки коровяка — 1, листья мать-и-мачехи — 1, корни алтея — 1.

1 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить, остудить. Употреблять чуть теплым.

Сбор 5

Кора ивы — 3, цветки липы — 4.

2 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить, остудить. Употреблять несколько раз в день как вяжущее и мягчительное средство.

Сбор 6

Кора дуба — 7, трава душицы — 2, корни алтея — 1.

2 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить, остудить. Употреблять несколько раз в день как вяжущее и мягчительное средство.

Сбор 7

Кора дуба — 5, трава душицы — 4, листья алтея — 2.

2 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить, остудить. Употреблять несколько раз в день как вяжущее и мягчительное средство.

Сбор 8

Листья шалфея — 1, цветки мальвы лесной — 1, цветки бузины черной (или красной) — 1, кора дуба — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить, остудить. Употреблять несколько раз в день.

МЯГЧИТЕЛЬНЫЕ СБОРЫ ДЛЯ ПРИПАРОК И КОМПРЕССОВ

Сбор 1

Цветки ромашки — 1, трава донника — 1.

1—2 ст. л. смеси заварить кипятком, завернуть в марлю. Горячую подушечку прикладывать к больному месту. Для компрессов 1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин.

Сбор 2

Корни алтея — 1, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, цветки мальвы — 1, трава донника — 1, семя льна — 3.

1—2 ст. л. смеси заварить кипятком, завернуть в марлю. Горячую подушечку прикладывать к больному месту. Для компрессов 1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин.

Сбор 3

Цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, трава донника — 1, листья алтея — 1.

1—2 ст. л. смеси заварить кипятком, завернуть в марлю. Горячую подушечку прикладывать к больному месту. Для компрессов 1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин.

ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ СБОРЫ

Сбор 1 (при сильных болях в желудке и спазмах)

Цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, трава тысячелистника — 1.

2 ст. л. смеси настоять в 250 мл кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 2 (при сильных болях в желудке и спазмах)

Цветки таволги вязолистной — 1, листья крапивы — 1, трава зверобоя — 1.

3 ст. л. смеси настаивать 4—6 ч в 500 мл кипятка. Принимать по ½ стакана 5 раз в день.

Сбор 3 (*при сильных болях в желудке и спазмах*)

Цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, листья мелиссы — 1.

2 ст. л. смеси настаивать 8 ч в духовке в 750 мл кипятка. Принимать теплым по 1 стакану 3 раза в день.

Сбор 4 (*при болях в желудке со вздутием и изжогой*)

Трава зверобоя — 1, трава сушеницы — 1, трава золототысячника — 1.

3 ст. л. смеси настоять в 1 л кипятка. Принимать по ½ стакана 4—5 раз в день.

Сбор 5 (*при кишечных спазмах и метеоризме*)

Корни валерианы — 1, листья мяты перечной — 1, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, семена тмина — 1, семена фенхеля — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин. Принимать по ½ стакана утром и вечером теплым.

Сбор 6 (*ветрогонный*)

Цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, трава душицы — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, процедить. Принимать остуженным по 1 стакану утром и вечером.

Сбор 7 (*ветрогонный*)

Листья мяты перечной — 2, семена фенхеля — 1, корневища и корни валерианы — 2.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить, остудить. Принимать по 1 стакану утром и вечером.

Сбор 8 (*при катаре желудка с пониженной кислотностью*)

Трава золототысячника — 2, трава зверобоя — 2, трава тысячелистника — 2, корневища и корни горечавки — 2, трава цикория — 3, трава дымянки — 4.

15 г смеси настаивать 12 ч в 1 л воды, кипятить 5 мин, опять настаивать 30 мин и процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день.

Сбор 9 (ветрогонный)

Семена тмина — 1, цветки ромашки аптечной — 6, корневища и корни валерианы — 4.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить, остудить. Принимать по 1 стакану утром и вечером.

Сбор 10 (при поносах, катаре кишечника)

Корни алтея — 2, корни окопника — 1, семя льна — 1.

1 ст. л. смеси отварить в 1 л воды, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день.

Сбор 11 (при катаре кишечника)

Цветочные корзинки ноготков — 1, листья ежевики — 1.

2 ст. л. смеси настоять в 3 стаканах кипятка, процедить. Принимать по ⅔ стакана 3 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 12 (при катаре желудка и отсутствии аппетита)

Трава тысячелистника — 1, трава золототысячника — 1, корневища и корни горечавки — 1.

1 ст. л. смеси настаивать 1 ч в 750 мл воды, кипятить 10 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 4—5 раз в день перед едой.

Сбор 13 (при желудочно-кишечном катаре)

Трава чабреца — 1, листья мелиссы — 4, трава ясменника душистого — 5, листья лесной земляники или клубники — 10.

1 ст. л. смеси настаивать 2 ч в 1,5 стакана кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день.

Сбор 14 (при катаре желудка с повышенной кислотностью)

Листья подорожника — 40, трава зверобоя — 40, трава сушеницы — 40, трава золототысячника — 20, листья мяты перечной — 10, трава спорыша — 20, корневища и корни аира — 10, цветочные корзинки тысячелистника — 15, семена тмина — 6.

2 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 1 л кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 15 (при желудочно-кишечном катаре с болезнями печени)

Семена фенхеля — 2, цветки ромашки — 2, цветки липы — 3, листья мелиссы — 3, цветки бузины черной — 4, листья мяты перечной — 6.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 2 ч, процедить. Принимать по ½ стакана 3—4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 16 (при повышенной кислотности желудочного сока, не сопровождающейся запорами)

Листья мяты перечной — 15, листья вахты — 2, трава зверобоя — 30, цветочные корзинки тысячелистника — 15, семена укропа — 15.

2 ст. л. смеси настаивать в горячей духовке 2 ч в 500 мл кипятка, процедить. Принимать по ¼ стакана глотками 4—6 раз в день.

Сбор 17 (при катаре желудка с повышенной кислотностью)

Трава золототысячника — 3, трава зверобоя — 4, листья мяты перечной — 2, трава вереска — 4, кора крушины — 2.

2 ст. л. смеси настаивать 8 ч в 500 мл кипятка в духовке, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 18 (для стимулирования деятельности пищеварительных желез и при слизистом катаре желудка и кишечника)

Листья вахты — 1, семена фенхеля — 1, листья мяты перечной — 1, трава тысячелистника — 1, трава золототысячника — 1.

1 ст. л. смеси настаивать 2 ч в 250 мл кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день перед едой.

Сбор 19 (при повышенной кислотности желудочного сока с изжогой и запорами)

Трава зверобоя — 1, трава вахты — 1, трава сушеницы — 1, трава пижмы — 1, корневища и корни валерианы — 1, корневища и корни горечавки — 1, корневища аира — 1, кожура плодов апельсина — 1.

2 ст. л. смеси настаивать на свету 21 день в ½ л водки, процедить. Принимать по 2 ст. л. натощак утром и вечером.

Сбор 20 (при хронических расстройствах кишечника с повышенной кислотностью)

Трава зверобоя — 1, трава золототысячника — 1.

2 ст. л. смеси настоять в 500 мл кипятка. Принимать по ½ стакана 4—5 раз в день.

Сбор 21 (желудочный, при расстройствах пищеварения)

Плоды черники — 4, корневища лапчатки — 4, цветки цмина песчаного — 3, семена тмина — 3, листья шалфея — 6.

2 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана утром и вечером перед едой.

Сбор 22 (желудочный, при расстройствах пищеварения)

Кора крушины — 2, семена аниса — 2, семена горчицы — 2, корни солодки — 3, трава тысячелистника — 1.

2 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана утром и вечером перед едой.

Сбор 23 (желудочный, регулирующий деятельность желудка и кишечника)

Кора крушины — 2, семена аниса — 2, трава тысячелистника — 1, семена горчицы — 2, корни солодки — 3.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана утром и вечером.

Сбор 24 (усиливающий деятельность желудка и кишечника)

Листья вахты — 1, ягоды можжевельника — 1, трава золототысячника — 3.

1 ст. л. смеси настаивать 4 ч в 1,5 стакана кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

Сбор 25 (способствующий лучшему пищеварению)

Кора крушины — 3, листья мяты перечной — 2, листья крапивы — 3, корневища и корни валерианы — 1, корни аира — 1.

1 ст. л. смеси настаивать 4 ч в 1,5 стакана кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

Сбор 26 (*при склонности к спазмам желудочно-кишечного тракта*)

Корневища и корни валерианы — 1, цветки бузины черной — 1, цветки липы — 1, листья мяты перечной — 1.

1 ст. л. смеси настаивать 3—4 ч в 250 мл кипятка, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 27 (*при гастритах и энтеритах*)

Цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, трава тысячелистника — 1, трава полыни горькой — 1, листья мяты перечной — 1, листья шалфея — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить. Принимать горячим 2 раза в день по ½ стакана за 20—30 мин до еды.

СЛАБИТЕЛЬНЫЕ СБОРЫ (ЧАИ)

Сбор 1

1 ст. л. плодов алычи залить 250 мл кипятка, довести до кипения, настаивать 5 ч. Принимать в 3 приема в течение дня.

Сбор 2

Листья кассии (александрийский лист) — 3, кора крушины ломкой — 2, плоды жостера — 2, плоды аниса — 1, корни солодки — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 3

Кора крушины — 3, трава донника лекарственного — 1, листья крапивы — 1.

1 ст. л. сбора заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать на ночь по ½ стакана.

Сбор 4

Кора крушины — 8, корни солодки — 1, семена кориандра — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по ½ стакана на ночь.

Сбор 5

Кора крушины ломкой — 3, листья крапивы — 2, трава тысячелистника — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 6 («*Сен-Жерменов*»)

Семена аниса — 1, семена фенхеля — 1, листья кассии (александрийский лист) — 4, цветки бузины черной — 3, сегнетовая соль — 1.

Александрийский лист смочить водой, посыпать сегнетовой солью и высушить. Затем добавить семена аниса, фенхеля, цветки бузины. 2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 10—20 мин, процедить. Принимать по ½ стакана по мере надобности.

Сбор 7

Кора крушины — 8, корни солодки — 1, семена тмина — 1, семена кориандра — 1.

1 ст. л. сбора заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать на ночь по ½ стакана.

Сбор 8

Кора крушины — 5, листья вахты — 2, трава донника лекарственного — 2, семена тмина — 1.

1 ст. л. сбора заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать на ночь по ½ стакана.

Сбор 9

Кора крушины ломкой — 3, трава донника лекарственного — 1, листья крапивы — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по ½ стакана на ночь.

Сбор 10

Кора крушины ломкой — 5, листья вахты — 2, трава тысячелистника — 2, семена тмина — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана на ночь.

СБОРЫ, ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ ПРИ ПОНОСАХ

Сбор 1

Плоды черемухи — 3, плоды черники — 2.

1 ст. л. смеси заварить в 1,5 стаканах кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 2

Кора дуба — 1, корневища аира — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 1,5 стаканах кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 3

Корневища и корни лапчатки прямой — 1, корни дуба — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 1,5 стаканах кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 4

Трава спорыша — 1, трава лапчатки гусиной — 2, листья подорожника — 2.

1 ст. л. смеси заварить в 1,5 стаканах кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 5

Корневища лапчатки прямостоячей — 1, корневища змеевика — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 6

Шишки ольхи — 2, корневища змеевика — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 7

Корневища змеевика — 1, корневища и корни кровохлебки — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 8

Корни щавеля конского — 1, корневища змеевика — 1.

2 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 9

Ягоды черники — 2, корневища лапчатки прямостоячей — 1, цветочные корзинки цмина песчаного — 1, листья шалфея — 3, семена тмина — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин, охладить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день за 15 мин до еды.

АППЕТИТНЫЕ СБОРЫ (ЧАИ)

Сбор 1

Трава полыни горькой — 1, листья вахты — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. 2—3 раза в день за 15 мин до еды.

Сбор 2

Трава полыни горькой — 1, листья тысячелистника — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. 2—3 раза в день за 15 мин до еды.

Сбор 3

Трава полыни горькой — 2, трава тысячелистника — 2, корень одуванчика — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. 2—3 раза в день за 15 мин до еды.

Сбор 4

Трава полыни горькой — 1, корневища аира — 1, листья вахты — 1, семена тмина — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. 2—3 раза в день за 15 мин до еды.

Сбор 5

Листья вахты — 1, трава золототысячника — 1, трава полыни горькой — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. 2—3 раза в день за 15 мин до еды.

Противорвотный сбор

Листья мелиссы — 3, цветочные корзинки ромашки аптечной — 4, листья мяты перечной — 3.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 2—3 раза в день.

ПРОТИВОГЕМОРРОЙНЫЕ СБОРЫ

Сбор 1

Листья кассии (александрийский лист) — 1, трава тысячелистника — 1, кора крушины — 1, корни солодки — 1, семена кориандра — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 2

100 г сухих соцветий арники залить 1 л 70%-го этилового спирта или белого виноградного вина. Делать примочки.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ САХАРНОЙ БОЛЕЗНИ (ДИАБЕТЕ)

Сбор 1

Листья черники — 1, створки сухих стручков фасоли — 1, семена льна — 1, солома овса — 1.

3 ст. л. смеси кипятить в 3 стаканах воды 10 мин, настаивать в духовке 20 мин. Принимать по ¼ стакана 6—8 раз в день.

Сбор 2

Корни лопуха — 1, створки сухих стручков фасоли — 1, листья черники — 1.

60 г смеси настаивать 12 ч в 1 л воды, кипятить 5 мин, опять настаивать 1 ч, процедить. Принимать по ¾ стакана 5 раз в день через 1 ч после еды.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПЕЧЕНИ

Сбор 1

Трава зверобоя — 4, трава спорыша — 2, трава цикория — 3, цветочные корзинки цмина песчаного — 4, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, цветочные корзинки ноготков — 4, кора крушины ломкой — 3.

1 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 3 стаканах воды, кипятить 5 мин, еще раз настоять 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 2 (при болезнях печени)

Трава зверобоя — 2, трава цмина песчаного — 3.

4 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 1 л воды, кипятить 5—10 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 3 (при болезнях печени, почек и желтухе)

Цветочные корзинки цмина песчаного — 3, трава льнянки — 3, рыльца кукурузы — 2.

40 г смеси настоять в 1 л кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 4 (при болезнях печени)

Трава чистотела — 1, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, листья вахты трехлистной — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать по ½ стакана через 1 ч после еды утром и вечером.

ЖЕЛЧЕГОННЫЕ СБОРЫ (ЧАИ)

Сбор 1

Цветочные корзинки цмина песчаного — 4, листья вахты — 3, листья мяты — 2, семена кориандра — 2.

2 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день за 20 мин до еды.

Сбор 2

Цветочные корзинки цмина песчаного — 3, трава тысячелистника — 1, трава полыни горькой — 2, листья мяты перечной — 2, семена фенхеля — 2.

2 ч. л. смеси настаивать 8 ч в 500 мл холодной кипяченой воды. Принимать по ½ стакана 4 раза в день за 20 минут до еды.

Сбор 3

Цветочные корзинки цмина песчаного — 3, корни ревеня — 2, трава тысячелистника — 5.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить, остудить. Принимать вечером при желчнокаменной болезни.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ БОЛЕЗНЯХ СЕЛЕЗЕНКИ

Сбор 1 (при воспалении селезенки)

Цветочные корзинки ноготков — 1, трава тысячелистника — 1.

2 ст. л. смеси настаивать в духовке 12 ч в 500 мл воды. Принимать по ½ стакана 4 раза в день после еды.

Сбор 2 (при воспалении селезенки)

Порошок листьев крапивы жгучей — 1, порошок листьев подорожника — 1, порошок листьев шалфея лекарственного — 1.

Принимать 3 раза в день порошок из смеси на кончике ножа, запивая водой.

Сбор 3 (при болезнях селезенки)

Корневища и корни мыльнянки — 1, кора ивы — 1.

40 г смеси кипятить 15 мин в 1 л воды. Принимать по ½ стакана 4—5 раз в день.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ВОДЯНКЕ, РЕВМАТИЗМЕ И ПОДАГРЕ

Сбор 1

Цветки таволги вязолистной — 2, листья толокнянки — 3, трава грыжника — 2, трава спорыша — 2, трава хвоща — 2, цветочные корзинки василька синего — 2, рыльца кукурузы — 3, створки сухих стручков фасоли — 3, почки березы — 3.

4 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 1 л воды, кипятить 5 мин, снова настоять 30 мин, процедить. Принимать теплым по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 2 (при подагре)

Корни лопуха — 6, корневища пырея ползучего — 4, трава вероники — 4, трава фиалки трехцветной — 6.

2 ст. л. смеси кипятить 15 мин в 1 л воды. Принимать по ½ стакана 5 раз в день через 1 ч после еды.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ОСТРОМ И ХРОНИЧЕСКОМ ВОСПАЛЕНИИ ПОЧЕК

Сбор 1

Трава зверобоя — 8, листья толокнянки — 8, трава хвоща — 6, почки березы — 6, рыльца кукурузы — 4, трава спорыша — 4, трава грыжника — 4, цветки душицы — 4, цветочные корзинки ромашки аптечной — 3.

4 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 1 л воды, кипятить 10 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 2

Трава адониса — 4, листья толокнянки — 5, почки березы — 3, трава хвоща — 2.

1 ст. л. смеси настоять в духовке в 500 мл кипятка, процедить. Принимать по 1 ст. л. 6—8 раз в день. Соблюдать молочную бессолевую диету.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ВОСПАЛЕНИИ ПОЧЕК И МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

Сбор 1

Цветочные корзинки цмина песчаного — 2, почки березы — 2, трава зверобоя — 2, трава плауна — 2, трава грыжника — 1, цветки липы — 1, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1.

На 11 ст. л. смеси добавить: плоды боярышника 50 штук, плоды рябины 50 штук, зеленые ягоды ежевики 50 штук.

4 ст. л. измельченной смеси настаивать в духовке 12 ч в 1 л воды, кипятить 15 мин, добавить 100 штук измельченных плодов шиповника, настаивать в закрытой посуде в горячей духовке 4 ч. Смесь растереть и процедить. Настой принимать по ¼ стакана через каждый час, но не более 2—2,5 стаканов в сутки.

Сбор 2 (при заболеваниях мочевого пузыря)

Солома зеленого овса — 1, плоды шиповника — 1, трава чабреца — 1, трава спорыша — 1, трава и корни цикория — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 4 ч, процедить. Принимать по ¾ стакана 1—2 раза в день.

Сбор 3 (при болезнях мочевого пузыря)

Листья подорожника — 4, листья толокнянки — 4, трава грыжника — 4, цветочные корзинки цмина песчаного — 3, трава спорыша — 3, почки березы — 3, побеги туи — 3.

2 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 1 л воды, кипятить 10 мин. Отвар принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

МОЧЕГОННЫЕ СБОРЫ (ЧАИ)

Сбор 1

Листья толокнянки — 3, лепестки цветков василька — 1, корни солодки — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Сбор 2

Листья толокнянки — 4, корни солодки — 1, ягоды можжевельника — 4.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Сбор 3

Листья березы — 1, листья мать-и-мачехи — 1, листья малины или ежевики — 4, цветки вереска — 4.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать несколько часов, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Сбор 4

Ягоды можжевельника — 1, листья березы — 1, корни одуванчика — 1.

1 ч. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. раза в день. Противопоказано при болезнях почек.

Сбор 5

Листья березы — 1, трава хвоща — 1.

2 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Выпить в 3 приема в течение дня.

Сбор 6

Трава грыжника — 1, листья толокнянки — 1.

2 ст. л. смеси заварить в 1,5 стакана кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 30 мин, процедить, остудить. Выпить в несколько приемов в течение дня.

Сбор 7

Ягоды можжевельника — 2, трава хвоща — 2, корневища пырея ползучего — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 500 мл кипятка, настаивать 15 мин, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

ПОТОГОННЫЕ СБОРЫ (ЧАИ), ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Сбор 1

Цветки липы — 1, ягоды малины — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить. Принимать горячим по ½ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 2

Ягоды малины — 2, листья мать-и-мачехи — 2, трава душицы — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить. Принимать горячим по ½ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 3

Цветки липы — 3, цветки коровяка — 3, цветки бузины черной — 4.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, процедить. Принимать горячим по ½ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 4

Цветки липы — 1, листья мать-и-мачехи — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать теплым как чай.

Сбор 5

Листья мяты перечной — 1, цветки бузины черной — 1, цветки липы — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, процедить. Принимать горячим как чай в 2 приема.

Сбор 6

Цветки липы — 1, цветки бузины черной — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, процедить. Принимать горячим как чай в 2 приема.

Сбор 7 (при ревматизме и гриппозных состояниях)

Кора ивы — 1, семена аниса — 1, листья мать-и-мачехи — 1, цветки липы — 1, ягоды малины — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, кипятить 5 мин, процедить. Принимать по 1 стакану горячим как чай на ночь.

Сбор 8 (при ревматизме и гриппозных состояниях)

Кора ивы — 2, листья мать-и-мачехи — 2, трава душицы — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 20 мин, процедить. Принимать горячим как чай.

Сбор, уменьшающий и прекращающий выделение пота

Листья шалфея — 8, корневища и корни валерианы — 1, трава хвоща — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 1,5 стакана кипятка, настаивать 2 ч, процедить. Принимать холодным по ½ стакана глотками 1—2 раза в день.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ПОЧЕЧНОКАМЕННОЙ БОЛЕЗНИ

Сбор 1

Цветочные корзинки цмина песчаного — 3, корни ревеня — 2, трава тысячелистника — 5.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать по ½ стакана 2 раза в день за 30 мин до еды.

Сбор 2

Листья полыни чернобыльника — 2, листья толокнянки — 3, трава хвоща — 2, семена моркови — 3, семена укропа — 2.

12 г смеси настаивать в духовке 12 ч в 500 мл воды, кипятить 5 мин. Принимать по ½ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 3

Листья толокнянки — 1, трава грыжника — 1, рыльца кукурузы — 1, трава спорыша — 1, створки сухих стручков фасоли — 1.
15 г смеси настаивать 8 ч в 250 мл кипятка. Принимать теплым по ¼ стакана 4 раза в день через 1 ч после еды.

Сбор 4

Кора крушины слабительной — 1, семена фенхеля — 1, цветочные корзинки цмина песчаного — 2, листья мяты перечной — 2, трапа тысячелистника — 2, трава полыни горькой — 2.
1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать в течение нескольких часов, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 5 (от боли при почечнокаменной болезни)

Листья березы — 1, корни стальника — 1, корневища пырея — 1, ягоды можжевельника — 1, трава золотой розги — 1, трава чабреца — 1, листья руты — 2, листья лапчатки гусиной — 2.
1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать в течение нескольких часов, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

Сбор 6 (при заболеваниях, связанных с нарушением выделения мочевой кислоты)

Ягоды можжевельника — 1, шелуха створок сухих стручков фасоли — 2, листья черники — 2.
1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать в течение нескольких часов, процедить. Принимать по ¼ стакана 3—4 раза в день.

СБОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ВЫРАБОТКУ МОЛОКА

Сбор 1 (усиливающий выделение молока — молокогонный)

Семена аниса — 1, семена укропа — 1, семена фенхеля — 1.
1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 2 раза в день.

Сбор 2
(уменьшающий выделение молока)

Листья грецкого ореха — 1, шишки хмеля — 2, листья шалфея лекарственного — 2.

1 ст. л. смеси заварит в 500 мл кипятка, настаивать 1 ч, процедить. Принимать по ¾ стакана 2 раза в день.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ МЕНСТРУАЦИЯХ

Сбор 1 (при болезненных менструациях)

Кора крушины ломкой — 3, листья березы — 3, цветущие ветки вереска — 4, цветочные корзинки ромашки аптечной — 10, листья мяты перечной — 10, корневища и корни валерианы — 10.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка. Принимать горячим по 250 мл в день в несколько приемов.

Сбор 2 (при болезненных менструациях)

Цветки яснотки белой или яснотки стеблеобъемлющей — 1, листья манжетки — 2, трава ромашки аптечной — 2, трава водяного перца — 5.

2 ст. л. смеси кипятить в 3 стаканах воды, выпарить до 2 стаканов. Принимать теплым по ¾ стакана 2 раза в день.

Сбор 3 (усиливающий менструации)

Трава зверобоя — 1, цветки терна — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¾ стакана ежедневно вечером.

Сбор 4 (останавливающий менструации)

Трава пастушьей сумки — 3, трава спорыша — 3, трава омелы белой — 4.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¾ стакана ежедневно вечером.

Сбор, применяемый в климактерический период (при прекращении менструаций)

Трава ясменника душистого — 4, трава пустырника — 4, трава сушеницы болотной — 3, цветки боярышника — 2, листья ежевики — 5.

4 ст. л. смеси настоять в 1 л кипятка, процедить. Принимать по ½ стакана 3—4 раза в день через 1 ч после еды.

Кровоостанавливающий сбор

Трава пастушьей сумки — 1, трава хвоща — 1.

2 ч. л. смеси настаивать 8 ч в 500 мл холодной кипяченой воды, процедить, добавить 1 стакан кипятка. Принимать по ½ стакана через день, при почечных кровотечениях — 2 раза в день.

ВИТАМИННЫЕ СБОРЫ (ЧАИ)

Сбор 1

Плоды шиповника — 1, ягоды смородины черной — 1.

Заварить смесь в кипятке и пить как чай 2—3 раза в день.

Сбор 2

Плоды шиповника — 1, плоды малины — 1.

Заварить смесь в кипятке и пить как чай 2—3 раза в день.

Сбор 3

Плоды шиповника — 1, ягоды брусники — 1.

Заварить смесь в кипятке и пить как чай 2—3 раза в день.

Сбор 4

Плоды шиповника — 3, ягоды брусники — 1, листья крапивы — 3.

Заварить смесь в кипятке и пить как чай 2—3 раза в день.

Сбор 5

Плоды шиповника — 3, ягоды смородины черной — 1, листья крапивы — 3, корни моркови — 3.

Заварить смесь в кипятке и пить как чай 2—3 раза в день.

Сбор 6

Плоды шиповника — 1, плоды рябины — 1.

Заварить смесь в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4 ч. Принимать по ½ стакана 2—3 раза в день.

Сбор 7

Листья крапивы — 3, плоды рябины — 7.

Заварить смесь в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4 ч. Принимать по ½ стакана 2—3 раза в день.

Сбор 8

Плоды шиповника — 1, листья малины — 1, листья смородины черной — 1, листья брусники — 2.

Заварить смесь в 250 мл кипятка, кипятить 10 мин, настаивать 4 ч. Принимать по ½ стакана 2—3 раза в день.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (КРОВООЧИСТИТЕЛЬНЫЕ)

Сбор 1

Листья крапивы жгучей — 2, цветочные корзинки ноготков — 2, трава череды — 3, трава фиалки трехцветной — 4, трава вероники — 2, трава хвоща — 2, цветочные корзинки василька синего — 3, листья грецкого ореха — 2.

4 ст. л. смеси настаивать 12 ч в 1 л воды, кипятить 5 мин, процедить. Принимать по ½ стакана 4—5 раз в день в течение 6 недель.

Сбор 2

Трава череды — 2, листья грецкого ореха — 1, листья смородины черной — 2, листья земляники — 3, цветки яснотки белой или стеблеобъемлющей — 2, цветочные корзинки тысячелистника — 2, трава фиалки трехцветной — 4, корни лопуха — 3.

1 ст. л. смеси кипятить 10 мин в 1 л воды, настаивать 1 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. через 1 ч 5—6 раз в день.

Сбор 3

Трава шалфея лекарственного — 1, трава полыни горькой — 1, трава тысячелистника — 2, трава крапивы — 2, трава зверобоя — 2, трава подорожника — 2, трава золототысячника — 2, ягоды можжевельника — 2, трава хвоща — 3.

4 ст. л. смеси залить 1 л кипятка, парить в духовке 12 ч. Принимать по ½ стакана 5—6 раз в день.

Сбор 4

Листья крапивы жгучей — 1, листья одуванчика — 1, цветки терна — 1.

2 ст. л. смеси настаивать 4 ч в духовке в 500 мл кипятка. Принимать ежедневно по ½ стакана 4 раза в день в течение 2 недель. Соблюдать диету без мяса и яиц.

Сбор 5

Трава ромашки аптечной — 1, трава короставника полевого — 1, корни лопуха — 1, листья грецкого ореха — 1.

1 ст. л. смеси варить 15 мин в 250 мл воды, процедить. Принимать по ½ стакана 3 раза в день.

Сбор 6 (при предрасположенности к кожным заболеваниям)

Листья грецкого ореха — 1, трава ясменника душистого — 4, цветки липы — 5.

1 ст. л. смеси заварить в 1,5 стакана кипятка, настаивать 4 ч, процедить. Принимать по 1 стакану перед завтраком.

Сбор 7 (при золотушных сыпях и струпьях — наружное)

Цветки фиалки трехцветной — 2, трава будры — 1, трава вербены лекарственной (или садовой) — 1.

1 ст. л. смеси варить 10 мин в 100 мл подсолнечного масла, настаивать 8 ч, процедить. Смазывать пораженные места несколько раз в день.

Сбор 8 (противозолотушный — «Аверин чай»)

Трава фиалки полевой — 4, трава череды — 4, трава паслена сладко-горького — 1.

1 ст. л. смеси заварить в стакане кипятка, настаивать 1—2 ч, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3—4 раза в день.

Сбор 9 (при воспалении кожи и при кожных заболеваниях — наружное)

Цветочные корзинки ноготков — 1, трава хвоща — 1, листья вербены — 1, лепестки цветков розы — 1, кора дуба — 1, листья ежевики — 1.

6 ст. л. смеси кипятить 15 мин в 1 л воды, процедить. Употреблять для обмываний и примочек.

Сбор 10 (для уничтожения веснушек — наружное)

Сок корней петрушки — 1, сок плодов лимона — 1.

Смесью соков смазывать лицо на ночь.

Сбор 11 (при угрях и кожных сыпях — наружное)

Трава будры — 1, трава вероники — 1.

2 ст. л. смеси кипятить 10 мин в 500 мл воды, в закрытом сосуде, настаивать 4 ч, процедить. Употреблять для обмываний и примочек.

Сбор 12 (при болячках, коросте кожи головы — наружное)

Трава короставника — 1, трава вероники — 1.

2 ст. л. смеси кипятить 5 мин в 6 стаканах воды, настаивать 4 ч, процедить. Мыть настоем голову.

СБОРЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ВЫПАДЕНИИ ВОЛОС

Сбор 1 (при выпадении волос головы и болезнях кожи — наружное)

Корневища и корни лопуха — 4, цветочные корзинки ноготков — 4, шишки хмеля — 3.

55 г смеси отварить в 1 л воды. Мыть голову 2 раза в неделю.

Сбор 2 (при выпадении волос головы — наружное)

Корневища аира — 1, корневища и корни лопуха — 1, шишки хмеля — 4.

6 ст. л. смеси отварить в 1 л воды. Мыть голову 3 раза в неделю.

Сбор 3 (при выпадении волос, при перхоти и зуде кожи — наружное)

Кора ивы — 1, корневища и корни лопуха — 1.

4 ст. л. смеси отварить в 1 л воды. Мыть голову 3 раза в неделю.

Сбор 4 (при выпадении волос, при перхоти и зуде кожи — наружное)

Листья крапивы — 3, листья мать-и-мачехи — 3.

6 ст. л. смеси отварить в 1 л воды. Мыть голову 3 раза в неделю.

Сбор 5 (при выпадении волос головы — наружное)

Трава вереска — 2, трава крапивы жгучей — 2, корневища и корни лопуха — 2, шишки хмеля — 1.

7 ст. л. смеси отварить в 1 л воды. Мыть голову 3 раза в неделю.

Сбор 6 (при выпадении волос головы — наружное)

Корневища аира — 1, корневища лопуха — 1.

6 ст. л. смеси кипятить 10—15 мин в 1 л воды, настаивать 4 ч, процедить. Мыть голову 3 раза в неделю.

Сбор 7 (при выпадении волос головы — наружное)

Трава герани — 1, трава крапивы — 1.

3 ст. л. смеси настаивать 4 ч в 6 стаканах кипятка, процедить. Мыть голову 2—3 раза в неделю.

ПРОТИВОГЛИСТНЫЕ СБОРЫ (ЧАИ)

Сбор 1 (при солитере)

Кора крушины слабительной — 1, цветочные корзинки и листья пижмы — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¾ стакана в течение 3 дней натощак рано утром и вечером.

Сбор 2

Корни горечавки желтой — 1, цветочные корзинки ромашки аптечной — 1, цветочные корзинки и листья полыни горькой — 1.

1 ст. л. смеси заварить в 250 мл кипятка, настаивать 30 мин, процедить. Принимать по ¾ стакана в течение 3 дней натощак рано утром и вечером.

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ РУССКИХ НАЗВАНИЙ РАСТЕНИЙ

Абрикос обыкновенный *9*
Авран лекарственный *10*
Агава американская *11*
Адонис весенний, горицвет *12*
Аир болотный,
или обыкновенный *13*
Айва обыкновенная,
или продолговатая *15*
Айва японская, хеномелес *16*
Аистник цикутный *17*
Аконит дубравный *18*
Актинидия коломикта *19*
Алоэ древовидное *21*
Алтей лекарственный *22*
Алыча *23*
Амми большая *24*
Амми зубная *26*
Аморфа кустарниковая *27*
Анабазис безлистный, ежовник
безлистный *29*
Анемона лесная, ветреница *30*
Анис обыкновенный *31*
Анхуза лекарственная *32*
Аралия маньчжурская,
аралия высокая *34*
Арахис, земляной орех *35*
Арбуз обыкновенный *37*
Арника горная *38*
Арония черноплодная *39*
Артишок посевной *41*
Астрагал шерстистоцветковый *43*
Аюга ползучая, живучка *44*

Багульник болотный *45*
Бадан толстолистный *46*
Бадьян, звездчатый анис *47*
Базилик камфорный,
или мятолистный *49*
Баклажан обыкновенный *50*
Баранец обыкновенный,
плаун-баранец *51*
Барбарис обыкновенный *53*
Барвинок малый *54*
Бархатцы отклоненные *55*
Бедренец камнеломковый *56*
Безвременник
великолепный *58*
Белена черная *59*
Белладонна лекарственная,
красавка *61*
Белозор болотный *62*
Белокопытник гибридный,
или лекарственный
(подбел гибридный) *63*

Береза повислая,
или бородавчатая *65*
Березовый гриб, чага *66*
Бересклет бородавчатый *67*
Бессмертник песчаный,
цмин песчаный *69*
Богородская трава,
тимьян ползучий *70*
Бодяк полевой *71*
Болиголов пятнистый *73*
Борщевик европейский *74*
Боярышник колючий *76*
Боярышник кроваво-красный *77*
Брусника обыкновенная *78*
Будра плющевидная, или
обыкновенная *79*
Бузина травянистая *80*
Бузина черная *81*
Букашник горный *82*
Буквица лекарственная *83*
Бутень ароматный *84*

Валериана лекарственная *85*
Василек луговой *86*
Василек синий *87*
Василистник малый *88*
Вахта трехлистная *89*
Вербейник монетчатый,
луговой чай *90*
Вербена лекарственная *92*
Вереск обыкновенный *93*
Вероника лекарственная *94*
Вех ядовитый *95*
Вздутоплодник сибирский *97*
Виноград европейский *98*
Вишня обыкновенная *99*
Водосбор обыкновенный *100*
Водяника черная *101*
Водяной орех *103*
Водяной перец,
горец перечный *104*
Володушка золотистая *106*
Волчец кудрявый, кникус
бенедиктинский *107*
Волчеягодник обыкновенный,
волчье лыко *109*
Воронец колосистый *110*
Вороний глаз
четырехлистный *111*
Вьюнок полевой *113*
Вяз гладкий, ильм *114*
Вязель разноцветный *115*

Гармала обыкновенная *117*
Герань лесная *118*
Герань луговая *119*
Гинкго двулопастное,
серебряный абрикос *120*
Гладыш широколистный *122*
Голубика обыкновенная *123*
Горец змеиный *124*
Горец почечуйный *125*
Горец птичий, спорыш *126*
Горечавка желтая *127*
Горечавка легочная *128*
Горицвет кукушкин *129*
Горичник русский *130*
Горчица сарептская *131*
Гравилат городской *132*
Гравилат речной *133*
Гранатник обыкновенный *134*
Гречиха посевная *136*
Гроздовник полулунный *136*
Груша обыкновенная *137*
Грушанка круглолистная *138*
Грыжник голый *139*
Гулявник лекарственный *141*
Гусиный лук желтый *142*

Датиска коноплевая *143*
Девясил высокий *144*
Девясил британский *146*
Дербенник иволистный *147*
Диоскорея кавказская *148*
Диоскорея ниппонская *150*
Донник белый *152*
Донник лекарственный *153*
Дрема белая, луговая *155*
Дриоптерис мужской, папоротник мужской *156*
Дрок красильный *157*
Дуб обыкновенный, черешчатый *158*
Дубровник беловойлочный *159*
Дубровник обыкновенный *160*
Дубровник чесночный *162*
Дудник лесной *163*
Дурман обыкновенный *164*
Дурнишник обыкновенный, ксантиум *165*
Душица обыкновенная *167*
Дымянка лекарственная, или аптечная *169*
Дыня обыкновенная *170*
Дягиль лекарственный *171*

Ежевика сизая *172*
Ежовник обыкновенный, куриное просо *173*
Ель европейская, или обыкновенная *174*

Желтушник левкойный *176*
Желтушник раскидистый (желтушник рассеянный, или желтушник серый) *177*
Женьшень *178*
Жеруха лекарственная, кресс водяной *180*
Живокость полевая *181*
Живокость сетчатоплодная *182*
Живокость спутанная *183*
Живучка Лаксмана *184*
Жимолость съедобная *185*
Жостер слабительный *186*

Зайцегуб опьяняющий *188*
Заманиха высокая *189*
Заячья капуста, очиток большой *190*
Звездчатка средняя *192*
Зверобой продырявленный *193*
Зеленчук желтый *195*
Земляника лесная *197*
Зигаденус сибирский *198*
Зимолюбка зонтичная *199*
Змееголовник молдавский *201*
Золотарник канадский *202*
Золотая розга, золотарник обыкновенный *203*
Золотой корень, родиола розовая *204*
Золототысячник малый *206*
Зопник колючий *207*
Зубровка душистая *208*
Зюзник европейский *210*

Ива белая *211*
Ива козья *212*
Иван-чай, кипрей узколистный *213*
Икотник серо-зеленый *214*
Инжир, смоковница обыкновенная *216*
Ирга овальная *217*
Ирис болотный *218*

Ирис германский *219*
Исландский мох,
цетрария исландская *221*
Иссоп лекарственный *222*
Истод горьковатый *224*

Кадило сарматское,
или мелиссолистное *225*
Каланхоэ перистое *227*
Калина обыкновенная *228*
Калужница болотная *229*
Капуста огородная *230*
Карагана древовидная,
желтая акация *231*
Картофель клубненосный *232*
Кассия остролистная, сенна *233*
Катарантус розовый,
барвинок розовый *235*
Качим метельчатый *236*
Каштан конский *237*
Кендырь коноплевый *238*
Кизил обыкновенный *240*
Кирказон ломоносовидный *241*
Кислица обыкновенная *243*
Клевер луговой *244*
Клен остролистный,
или платановидный *245*
Клещевина обыкновенная *246*
Клюква четырехлепестная,
клюква болотная *248*
Козлятник лекарственный *249*
Колокольчик круглолистный *250*
Конопля посевная *251*
Копеечник альпийский,
или сибирский *252*
Копытень европейский *254*
Кориандр посевной, кинза *255*
Коровяк густоцветковый *256*
Короставник полевой *258*
Костяника каменистая *259*
Котовник кошачий *260*
Кошачья лапка двудомная *262*
Крапива двудомная *263*
Крапива жгучая *265*
Крестовник обыкновенный *266*
Крестовник ромболистный *267*
Кровохлебка лекарственная *268*
Крушина ольховидная,
или ломкая *270*
Крыжовник обыкновенный *271*
Кубышка желтая *272*
Кувшинка белая *273*
Кукуруза, маис *274*
Купена лекарственная *275*

Лабазник вязолистный *276*
Лабазник шестилепестный *278*
Лаванда узколистная *279*
Лавр благородный, лавровое
дерево *280*
Ламинария японская,
морская капуста *281*
Ландыш майский *282*
Лапчатка белая *283*
Лапчатка гусиная *284*
Лапчатка прямостоячая *286*
Лапчатка серебристая *287*
Ластовень лекарственный *289*
Латук посевной, салат
посевной *290*
Лебеда раскидистая,
или садовая *291*
Левзея сафлоровидная,
маралий корень *292*
Лен посевной,
лен обыкновенный *293*
Лепидотека пахучая *294*
Лещина обыкновенная *295*

Лилия тигровая,
или ланцетолистная *296*
Лимонник китайский *298*
Липа сердцелистная *300*
Лиственница сибирская *301*
Лопух большой *302*
Лох узколистный, или
серебристый *303*
Лук медвежий, черемша *304*
Лук репчатый *306*
Льнянка обыкновенная *307*
Любисток лекарственный *309*
Любка двулистная *310*
Лютик едкий *311*
Люцерна посевная *312*
Лядвенец рогатый *313*

Магнолия крупноцветковая *314*
Майник двулистный *315*
Мак снотворный *316*
Мак-самосейка *317*
Малина обыкновенная *318*
Манжетка обыкновенная *319*
Марена красильная *320*
Маслина европейская, олива *321*
Мать-и-мачеха обыкновенная *322*
Медуница лекарственная *323*
Мелисса лекарственная *325*
Миндаль обыкновенный *326*
Можжевельник казацкий *327*
Можжевельник
обыкновенный *329*
Молодило обыкновенное,
или отпрысковое *330*
Молочай-солнцегляд *332*
Момордика кохинхинская *333*
Мордовник обыкновенный *334*
Морковь дикая *336*
Морковь посевная *337*
Морозник красноватый *338*
Мухомор красный *339*
Мыльнянка лекарственная *340*
Мытник болотный *341*
Мята перечная *342*

Наперстянка крупноцветковая
(обыкновенная) *343*
Наперстянка пурпурная *344*
Настурция большая *346*
Незабудка полевая *347*
Нивяник обыкновенный *348*
Никандра физалиевидная *349*
Ноготки лекарственные,
календула *351*

Обвойник греческий *352*
Облепиха крушиновидная *353*
Овес посевной *354*
Огуречная трава, бораго *355*
Одуванчик лекарственный *356*
Окопник лекарственный *357*
Олеандр обыкновенный *359*
Ольха черная, ольха
клейкая *360*
Омежник водный *362*
Омела белая *363*
Орех грецкий *364*
Орляк обыкновенный *365*
Ортосифон тычиночный,
почечный чай *367*
Осина обыкновенная *368*
Ослинник двулетний,
энотера *369*
Осока парвская *370*
Осот полевой, осот розовый *372*
Очанка прямостоячая *373*
Очиток едкий *374*
Очный цвет полевой *376*

Пассифлора инкарнатная *377*
Паслен дольчатый *379*
Паслен черный *380*
Пастернак посевной *381*
Пастушья сумка обыкновенная *382*
Первоцвет весенний *383*
Переступень белый *384*
Перец стручковый однолетний *385*
Петрушка кудрявая *386*
Пижма обыкновенная *387*
Пион узколистный *388*
Пион уклоняющийся, марьин корень *390*
Пихта сибирская *391*
Плаун булавовидный *392*
Подмаренник настоящий *393*
Подорожник большой *394*
Подофилл щитовидный *395*
Подсолнечник однолетний *396*
Полынь горькая *397*
Полынь обыкновенная *399*
Просвирник лесной, мальва лесная *400*
Прострел луговой, сон-трава *401*
Пупавка красильная *402*
Пустырник пятилопастный, пустырник сердечный *403*
Пырей ползучий *404*

Ракитник русский *406*
Расторопша пятнистая *407*
Ревень тангутский *408*
Редька посевная *410*
Репа огородная *411*
Репейничек аптечный *412*
Рожь посевная *413*
Роза собачья, шиповник *414*
Розмарин лекарственный *416*
Ромашка аптечная, ромашка ободранная *417*
Росянка круглолистная *418*
Рута душистая *420*
Рябина обыкновенная *421*
Ряска малая *422*

Сабельник болотный *423*
Свекла обыкновенная *425*
Сельдерей душистый *426*
Сивец луговой *427*
Синеголовник плосколистный *428*
Синюха голубая *429*
Скополия карниолийская, или кавказская *430*
Скумпия кожевенная *432*
Слива обыкновенная, или домашняя *433*
Смолевка обыкновенная *434*
Смолка обыкновенная, или клейкая *436*
Смородина красная *437*
Смородина черная *438*
Солодка голая (лакричник) *439*
Сосна обыкновенная *440*
Софора японская, японская акация *441*
Спаржа лекарственная *443*
Стальник полевой *444*
Сушеница болотная, сушеница топяная *446*

Татарник колючий *447*
Терн колючий *448*
Тмин обыкновенный *450*
Толокнянка обыкновенная, медвежьи ушки *451*

Топинамбур, земляная груша *452*
Тополь черный *453*
Тростник обыкновенный *454*
Трясунка средняя *455*
Тыква обыкновенная *456*
Тысячелистник обыкновенный *457*

Ужовник обыкновенный *458*
Укроп огородный *459*

Фасоль обыкновенная *460*
Фенхель обыкновенный *461*
Фиалка трехцветная *462*

Хвойник двухколосковый, эфедра обыкновенная *463*
Хвощ полевой *464*
Хмель обыкновенный *465*
Хрен обыкновенный *466*

Цикламен европейский *467*
Цикорий обыкновенный *469*

Частуха подорожниковая *470*
Чемерица Лобеля *472*
Череда трехраздельная *473*
Черемуха обыкновенная *474*
Черника обыкновенная *475*
Чернокорень лекарственный *476*
Чернушка дамасская, нигелла *478*
Чеснок посевной *479*
Чина луговая *480*
Чистец болотный *481*
Чистотел большой *482*
Чистяк весенний *483*

Шалфей лекарственный *485*
Шалфей мускатный *486*
Шелковица, тутовое дерево *487*

Щавель кислый, или обыкновенный *489*
Щавель конский *490*

Эвкалипт шаровидный *491*
Элеутерококк колючий, свободноягодник *492*
Эхинацея пурпурная *494*

Яблоня лесная *495*
Ясень высокий, или обыкновенный *496*
Яснотка белая *497*
Ястребинка волосистая *499*
Ячмень обыкновенный *500*

ЛИТЕРАТУРА

Астахов В. Г. Кладовые на болотах. — М., 1976.
Баринова Л. И., Алексеев В. А. Лесная аптека. — Харьков, 1991.
Борисов М. И. Лекарственные свойства сельскохозяйственных растений. — Минск, 1974.
Віполіна О. Д. Дикоростучі лікарські рослини. — К., 1958.
Володарский Л. И. Практическое руководство по сбору и заготовке лекарственных растений. — М.,1959.
Лекарственные растения в научной и народной медицине / Б. Г. Волынский, К. И. Бендер, С. Л. Фрейдман и др. — Саратов, 1967; 1972.
Ворошилов В. Н. и др. Энциклопедический словарь лекарственных, эфиромасличных и ядовитых растений. — М., 1951.
Гаммерман А. Ф., Шупинская М. Д., Яценко-Хмелевский А. А. Растения-целители. Лекарственные растения нашей родины. — М., 1963.
Гесь Д. К., Горбач Н. В., Кадаев Г. Н. и др. Лекарственные растения и их применение. — Минск, 1976.
Григора И. М., Шабарова С. И., Алейников И. М. Ботаника. — К., 2000.
Губергриц А. Я., Соломченко Н. И. Лекарственные растения Донбасса. — Донецк, 1968.
Довженко А. Р., Довженко В. Р. Тайны зеленой аптеки. — Симферополь, 1967.
Дудченко Л. Г., Кривенко В. В. Пищевые растения-целители. — К., 1985.
Жадан М. М. Аптека в лесу. — Симферополь, 1979.
Заверуха Б. Г. — У світі рослин. — К., 1980.
Заика В. Н. Целебные свойства растений. — Донецк, 2008.
Зелинский С. Е. Лекарственные растения СССР. — М., 1958.
Ивченко С. И., Руденко В. Ф. Лесные плодовые растения. — М., 1976.
Ковалева Н. Г. Лечение растениями. — М., 1971.
Кондратюк Е. Н., Ивченко С. И., Смык Г. К. Дикорастущие лекарственные и плодовые растения Украины. — К., 1969.

Литература

Котуков Г. Н. Культивируемые и дикорастущие лекарственные растения. — К., 1974.

Кураковський Ю. А. Скарбниця здоров'я. — К., 1994.

Лагерь А. А. Методические указания по сбору и заготовке лекарственных растений. — Красноярск, 1987.

Лагерь А. А. Фитотерапия. — Красноярск, 1988.

Мамчур Ф. И. Справочник по фитотерапии. — К., 1984.

Махлаюк В. П. Лекарственные растения в народной медицине. — Саратов, 1967.

Носаль М. А., Носаль І. М. Лікарські рослини і способи їх застосування в народі. — К., 1962.

Попов А. П. Лекарственные растения в народной медицине. — К., 1968.

Попов А. П. Лесные целебные растения. — М., 1973.

Решетняк В. В., Цигура И. В. Травник. — Х., 1992.

Рыбницкий Н. Ф., Гаврилов И. С. Дикорастущие плоды и ягоды. — Л., 1969.

Рябоконь А. А. Справочник лекарственных растений. — Харьков, Белгород, 2008.

Сафронов М. М. Повний атлас лікарських рослин. — Тернополь, 2010.

Свиридонов Г. М. Лесной огород. — М.,1987.

Серебрякова О. Г. Новейшая энциклопедия лекарственных растений. — М., 2011.

Скляревский Л. Я., Губанов И. А. Лекарственные растения в быту. — М., 1968.

Турова А. Д. Лекарственные растения СССР и их применение. — М., 1967.

Флоря В. Н. Лекарственные растения. — Кишинев, 1973.

Харченко М. С. та ін. Лікарські рослини і їх застосування. — К., 1982.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 5

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ 9

РЕЦЕПТЫ СБОРОВ 502

Алфавитный указатель русских названий растений 533

Литература 540

Довідкове видання

ГРЕЧАНИЙ Ігор Анатолійович
Великий ілюстрований довідник лікарських трав і рослин.
600 рецептів і секретів потомственого травника
(російською мовою)

Головний редактор *С. С. Скляр*
Завідувач редакції *К. В. Новак*
Відповідальний за випуск *І. Г. Веремій*
Редактор *Г. В. Сологуб*
Художній редактор *С. В. Місяк*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*
Коректор *О. М. Пікалова*

Підписано до друку 08.05.2015.
Формат 84x108/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Minion Pro». Ум. друк. арк. 28,56.
Наклад пр. Зам. № .

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61140, Харків-140, просп. Гагаріна, 20а
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано з готових діапозитивів
у ДП «Видавництво та типографія “Таврида”»
95040, Україна, АРК, м. Симферополь,
вул. Ген. Васильєва, 44

Справочное издание

ГРЕЧАНЫЙ Игорь Анатольевич
Большой иллюстрированный справочник лекарственных трав и растений.
600 рецептов и секретов потомственного травника

Главный редактор *С. С. Скляр*
Заведующий редакцией *Е. В. Новак*
Ответственный за выпуск *И. Г. Веремей*
Редактор *Г. В. Сологуб*
Художественный редактор *С. В. Мисяк*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*
Корректор *О. Н. Пикалова*

Подписано в печать 08.05.2015.
Формат 84x108/32. Печать офсетная.
Гарнитура «Minion Pro». Усл. печ. л. 28,56.
Тираж экз. Зак. № .

ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”»:
308015, г. Белгород, ул. Пушкина, 49А

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ДП «Издательство и типография “Таврида”»
95040, Украина, АРК, г. Симферополь,
ул. Ген. Васильева, 44

Издательство Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
www.trade.bookclub.ua

ОПТОВАЯ ТОРГОВЛЯ КНИГАМИ ИЗДАТЕЛЬСТВА

МОСКВА
Бертельсманн Медиа Москау АО
141008 г. Мытищи, ул. Колпакова, д. 26, корп. 2
Тел./факс +7 (495) 984-35-23
e-mail: *office@bmm.ru*
www.bmm.ru

ХАРЬКОВ
ДП с иностранными инвестициями «Книжный Клуб "Клуб Семейного Досуга"»
61140, г. Харьков-140, пр. Гагарина, 20-А
тел/факс +38 (057) 703-44-57
e-mail: *trade@bookclub.ua*
www. trade.bookclub.ua

Киевский филиал
04073, г. Киев, пр. Московский, 6, комн. 35,
тел. +38 (067) 575-27-55
e-mail: *kyiv@bookclub.ua*

Одесский филиал
65017, г. Одесса, ул. Малиновского, 16-А, комн. 109
тел. +38 (067) 572-44-28
e-mail: *odessa@bookclub.ua*

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

УКРАИНА
служба работы с клиентами:
тел. +38 (057) 783-88-88
e-mail: *support@bookclub.ua*
Интернет-магазин: *www.bookclub.ua*
«Книжный клуб», а/я 84, Харьков, 61001

РОССИЯ
служба работы с клиентами:
тел. +7 (4722) 78-25-25
e-mail: *info@ksdbook.ru*
Интернет-магазин: *www.ksdbook.ru*
«Книжный клуб», а/я 4, Белгород, 308961

Лікування травами завжди було невід'ємною частиною народної медицини. Лікарські засоби на основі рослин м'яко й ефективно впливають на організм та дозволяють вилікувати навіть ті хвороби, при яких таблетки не допомагають. Довідник містить докладний опис поширених і рідкісних лікарських рослин, доповнений кольоровими ілюстраціями, а також рекомендації щодо їх збирання і заготівлі, рецепти цілющих зборів, секрети лікарів-травників. Наведено інформацію про застосування рослин, їх вплив на організм людини і можливі протипоказання.

Гречаный И. А.

Г81 Большой иллюстрированный справочник лекарственных трав и растений. 600 рецептов и секретов потомственного травника / И. А. Гречаный. — Харьков : Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга» ; Белгород : ООО «Книжный клуб "Клуб семейного досуга"», 2015. — 544 с. : цв. ил.

ISBN 978-966-14-9622-3 (PDF)

Лечение травами всегда было неотъемлемой частью народной медицины. Лекарственные средства на основе растений, действуя мягко и эффективно, иногда позволяют вылечить даже те болезни, перед которыми бессильны таблетки. Справочник содержит подробное описание распространенных и редких лекарственных растений, дополненное цветными иллюстрациями, а также рекомендации по их сбору и заготовке, рецепты целебных сборов, секреты лекарей-травников. Дается информация о применении растений, их влиянии на организм человека и возможных противопоказаниях.

УДК 633.8
ББК 42.14